

sale & pepe

LUGLIO 2013

MONDADORI



Cake con concassé
aromatica, pag. 60

FOCACCE ma alla pugliese, da preparare a casa **POMODORO**
è tempo di zuppette, torte salate e altri sfizi gourmand
CARPACCI E TARTARE la stagione ama il crudo **CIOCCOLATO**
D'ESTATE fresco, voluttuoso in versione black&white

Qualità e tradizione garantita

Speck Alto Adige IGP

www.suedtiroler-originale.info



Lo Speck Alto Adige IGP è un prodotto unico e originale. In sintonia con la sua provenienza geografica, rappresenta una simbiosi perfetta tra due culture: è più mite dei crudi affumicati del nord, ma più aromatico dei crudi dolci dell'area mediterranea. Speziato con aromi naturali, leggermente affumicato, viene stagionato per almeno 22 settimane all'aria fresca delle vallate secondo un antico metodo tramandato per generazioni. L'Unione Europea gli ha attribuito il marchio di Indicazione Geografica Protetta (IGP) a garanzia della sua grande qualità e del suo inconfondibile sapore.



MINISTERO DELLE POLITICHE AGRICOLE
ALIMENTARI E FORESTALI



Campagna finanziata con il contributo dell'Unione Europea e dell'Italia.

DALLA NOSTRA CUCINA

Freddo di frigo

Poco fuoco, tanta freschezza e sapore. A partire dal gazpacho 9

Servizi

PASSIONI

Focacce pugliesi

Il tradizionale capolavoro dell'arte bianca in sette golose varianti..... 24

TEMA MESE

L'arte del crudo

Cucina estiva lontana dai fornelli per carne, pesce, frutta e verdura 34

SEMPLICI PIACERI

Voglia di pomodoro

Il re dell'orto estivo sorprende in tante ricette inaspettate e si trasforma in tartare, sorbetto e sandwich..... 56

IL TOCCO IN PIÙ

Pasta d'acciughe

Il gusto del mare racchiuso in tubetto per piccole sferzate di sapore 62

BONTÀ DI STAGIONE

Il pescato del giorno

Varietà umili e pregiate trattate con cotture delicate. In tanti piatti che ne esaltano l'assoluta freschezza... 72

LA DOLCE VITA

Cioccolato d'estate

Bianco, al latte e fondente per sei golosi dessert anticaldo. In un variare di temperature tra il fresco e il ghiacciato 86

Charlotte al tè verde

Il tè matcha e il sake danno una raffinata impronta orientale al classico dolce al cucchiaio..... 94

Evasioni

L'INVITO

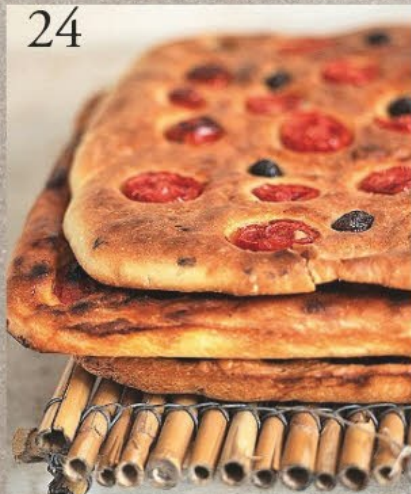
Una giornata al mare

Un menu take away per godere della spiaggia fino a sera. Cominciando dallo spuntino di metà mattina per finire con un ricco aperitivo..... 14

34



24



Indice delle ricette e indirizzi a pagina 6

86



72



Sale&Pepe è social!



Siamo su facebook. Seguiteci anche su twitter e instagram: @saleepepemag per scambiare idee, ricette e foto con la redazione e i lettori più appassionati.



La nuova app di Sale&Pepe

Scaricate l'applicazione dall'Apple Store per sfogliare la rivista direttamente sull'iPad.

TAPPE DEL GUSTO**A pranzo in bottega**

Alla scoperta delle nuove "drogherie con cucina" a misura di gourmet... 50

LUOGHI ECCELLENTI**Valle Isarco da scoprire**

Piccolo itinerario tra borghi, masi e baite con vista sulle Dolomiti....96

Scuola**SCELTI DA SALE&PEPE****Alice delle meraviglie**

Tutto il talento di Alice Delcourt in due piatti natural chic..... 83

LA RICETTA GOURMET**Spaghetti all'amatriciana**

Storia e segreti di un grande piatto diventato simbolo di Roma..... 66

TECNICHE: IL VITELLO**Tre tagli eccellenti**

Magatello, fesa francese e filetto: l'élite della carne in tre ricette... 106

Rubriche**DETTAGLI DI STILE**

Decor per rendere più bella la casa

Profumi e sapori in giallo 33

L'UTILE E IL DILETTEVOLE

Oggetti e attrezzi per la cucina

Diamoci un taglio 47

A PROPOSITO DI VINO

I consigli del sommelier

Sorsi delicati 43

FOOBBLOGGER

Tutto il buono del web

Pomodoro in un click 55

BUONE LETTURE

Scelte con passione per essere divorate

Ricette, prodotti, trucchi 80

MADE IN ITALY

Conoscere e gustare le eccellenze

Nettarine di Romagna..... 104

ASSAGGI

Sapori e profumi dal mondo

Dai Balcani, il Satašaš..... 110

**Hanno collaborato con noi a Luglio****ALICE DELCOURT**

Passaporto e curriculum internazionale, ha scelto Milano per aprire l'Erba Brusca, il ristorante con orto dove lavora le "sue" verdure, prodotti sostenibili e bio. A pag.83

CLAUDIO TAJOLI

Divide il suo obiettivo tra riviste e pubblicità, spaziando tra lifestyle, viaggi, interni e, naturalmente, cucina. Suo il servizio realizzato in spiaggia di pag. 14.

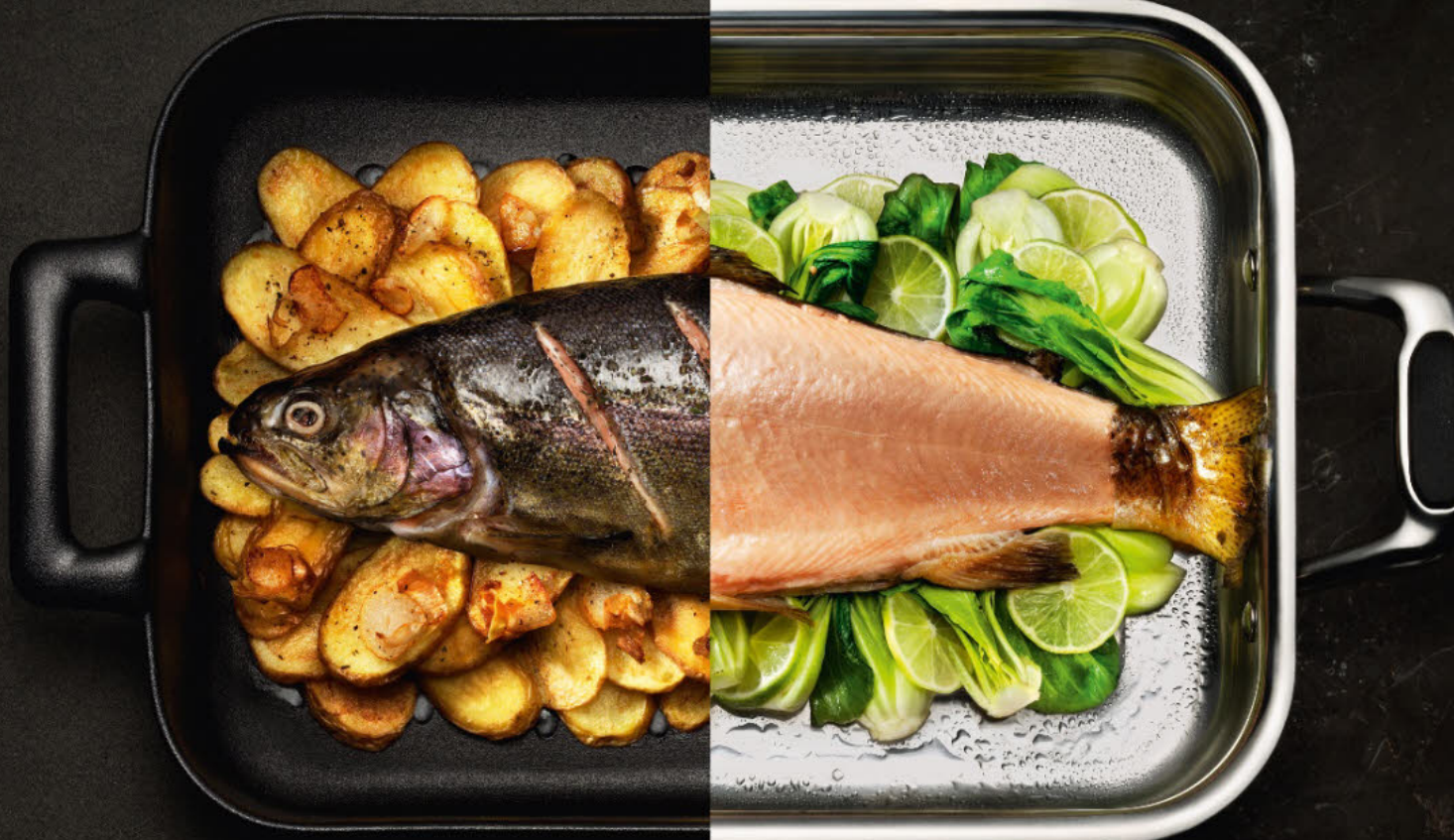
**LEONARDO ANCONA**

Interior designer pugliese, è appassionato delle tradizioni della sua terra, gastronomia compresa. Con Nicoletta Semeraro ha cucinato le focacce del servizio di pag. 34.



Cottura ventilata

Cottura a vapore



Trota selvatica.

Quanto selvatica,
lo decidi tu.



Cottura ventilata? A vapore? O la perfetta combinazione di entrambe? In Electrolux abbiamo oltre 90 anni di esperienza nel creare apparecchiature per i migliori chef d'Europa. E adesso stiamo portando nella tua cucina le stesse innovazioni che consentono a questi chef di realizzare le loro creazioni, croccanti fuori e morbide dentro. Con il nuovo forno Vaporex di Electrolux Rex, anche tu potrai combinare la cottura ventilata con il vapore per esaltare il sapore dei tuoi piatti preferiti. E aprirti un mondo di possibilità. Ora tocca a te.

Nuova Inspiration Range di Electrolux Rex.
Scopri le possibilità.

electrolux-rex.it/inspirationrange



Electrolux
REX

INDICE

LE RICETTE DI LUGLIO 2013

ANTIPASTI,

Crudo di branzino e cetrioli	39
Dip di cipolle e robiola.....	23
Il vero gazpacho andaluso.....	10
Insalata di gamberi e totani	22
Involtili di peperone e pecorino ...	64
Involtili dell'orto	11
Mini open sandwich di palamita al pesto.....	21
Mozzarella ripiena	12
Pizzaiola di pollo in barattolo	22
Rotolini di cetriolo con crema di avocado e verdure.....	37
Sandwich di anguria.....	42
Sashimi di manzo	38
Tapas con cocktail di gamberi	21
Tartara di scampi con granita di pesche	36
Tramezzini agli scampi.....	23

FOCACCE E TORTE SALATE

Cake con concassé aromatica.....	60
Focaccia alla "chianca" di pasta di pane strappata	25
Focaccia antica di pane raffermo con pomodorini e origano	26
Focaccia barese con pomodorini, patate, olive verdi e origano.....	30
Focaccia con cipolla rossa, scamorza e pomodorini	27
Focaccia con pomodori affettati e olive nere	27
Focaccia coperta con pasta di pane integrale, pomodorini e alici.....	29
Focaccia ripiena con cipolla bianca, sedano, pomodoro e olive nere ...	28
Quiche con fiori di zucca e crescenza	64
Tarte tatin con pomodori passiti e melanzane al forno.....	84
Torta di riso gratinata.....	59
Tortano con olive, provola ed erbe.....	22

PRIMI

Lumaconi gratinati al basilico.....	52
Risotto con cipolle bruciate, limone e timo.....	85
Spaghetti ai gamberi e pistacchi tritati.....	73
Spaghetti all'amatriciana.....	67
Vellutata di pomodoro alle spezie con spiedino di zucca...	58
Zuppa di vino sudtirolese	97

SECONDI

Caponata di melanzane sul pesce spada.....	74
Fesa arrosto con pistacchi e nocciole	108
Filetto farcito ai pomodorini	108
Fritto misto di pesce.....	76
Gamberi crudi marinati.....	75
Lumachine di mare in umido	78
Magatello tonnato all'antica	108
Orata al forno con bagna di acciughe e patate	64
Parmigianina di pesce sciabola....	52
Patate arrostiti con uova al tegamino e speck.....	98
Polpettone di manzo e melanzane alla menta.....	22
Sarde a beccafico	77
Tartare di pomodori con rucola, seppie e olio con nocciole e vaniglia.....	61
Tartare di vitellone con salsa d'uovo	41

CONTORNI, VERDURE E SALSE

Sandwich di pomodori verdi fritti.....	58
Sataraš arricchito	111

DESSERT

Bastoncini di anguria al cioccolato	19
Charlotte al tè verde	95
Coppe ghiacciate con pesche e amaretti	93
Crema al latte con zenzero e macedonia	88
Meringata extrabitter all'uvetta e porto bianco	87
Mousse bianca al limoncello.....	91
Nettarine grigliate al rosmarino e lavanda, con chantilly di mascarpone	105
Parfait di gianduia con gelatina al caffè	90
Stecchi di panna cotta ai lamponi.....	92
Strudel di noci.....	102
Torta di tagliatella	52

DRINK E BEVANDE

Aperitivo al cetriolo	23
Limonata al pompelmo	17
Sorbetto al Bloody Mary	60

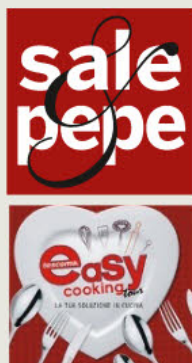
DISPONIBILE L'INDICE DELLE RICETTE 2012

Richiedetelo via posta, fax o e-mail a "Servizio indici", Sale&Pepe, Arnoldo Mondadori Editore, 20090 Segrate (Mi); fax: 0275422683; e-mail: salepepe@mondadori.it.

L'indice delle ricette 2012 è disponibile in versione elettronica e cartacea: verrà spedito gratuitamente ai lettori che ne faranno richiesta specificando nominativo e indirizzo.

INDIRIZZI

- **100FA**, www.100fa.it
- **Action Sport**, tel. 347/63.24.133
- **Alessi**, www.alessi.it
- **Asa Selection**, www.asa-selection.com
distr. da Merito, www.merito.it
- **Bellini Sara**, www.bellinisara.com
- **Bitossi Home**, www.bitossihome.it
- **Bormioli Rocco**, www.bormiolirocco.com
- **Bottegas**, www.bottegas.it
- **C&C Milano**, www.ccc-milano.com
- **Cargo**, www.cargomilano.it
- **Caterina von Weiss**,
www.caterinavonweiss.com
- **Cesi Ceramica**, www.cesiceramica.it
- **Chianti Shine**, www.chiantishine.com
- **Christian Fischbacher**,
www.fischbacher.com
- **CoinCasa**, www.coincasa.it
- **Cottellerie Lepre**, www.lepremaniago.com
- **De Padova**, www.depadoa.it
- **Emile Henry**, www.emilehenry.com
- **Ethimo**, www.ethimo.it
- **Frette at Home**, www.frette.com
- **Global**, www.schoenhuberfranchi.com
- **Ichendorf**, distr. da Corrado Corradi,
www.corrado-corradi.it
- **Ikea**, www.ikea.com
- **Italess**, www.italess.it
- **JV Store**, www.jannellievolti.it
- **Kyocera**, www.kyocera.it distr. da
Home More, www.home-more.it
- **La Fabbrica del Lino**,
www.lafabbricadellino.com
- **La Porcellana Bianca**,
www.laporcellanabianca.it
- **La Rinascente**, www.rinascente.it
- **La Table d'Albert**, distr. da Maino,
www.mainocarlo.it
- **Linum**, www.concettiedesign.it
- **LSA**, www.lsa-international.com
- **Mariolucagiusti**, distr. P&M Promotion,
www.magnorappresentanze.com
- **Mepra**, www.mepra.it
- **Moneta**, www.moneta.it
- **Moroni Gomma**, www.moronigomma.it
- **MV% Ceramics Design**,
www.mv-ceramicsdesign.it
- **Nella Longari**, www.nellalongari.com
- **Opinel**, www.opinel.com
- **Paderno**, www.paderno.it
- **Richard Ginori**,
www.richardginori1735.com
- **Rosenthal Studio-Line**,
www.rosenthalusa.com
- **Sanelli**, www.sanelli.com
- **Shop Saman**, www.shop-saman.org
- **Silva Tessuti**, www.silvatessuti.it
- **Society**, www.societylimonta.com
- **Stelton**, www.stelton.com distr. da
Schoenhuber, www.schoenhuber.com
- **Tescoma**, www.tescomaanline.com
- **Unitable**, www.unitable.it
- **Variopinte**, distr. da P&M Promotion,
www.magnorappresentanze.com
- **Victorinox**, www.victorinox.com,
distr. da Kunzi, www.kunzi.net
- **Villeroy & Boch**, www.villeroy-boch.com
- **Vista Alegre**, distr. da Corrado Corradi,
www.corrado-corradi.it
- **WMF Italia**, www.wmf.it
- **Zak! Designs**, www.mainocarlo.it
- **Zara Home**, www.zarahome.com
- **Zwilling**, www2.zwilling.com/it



Tescoma e S&P trionfano nelle piazze

SI È CONCLUSO CON SUCCESSO
L'EASY COOKING TOUR,
IL GOLOSO EVENTO ITINERANTE
ORGANIZZATO DA TESCOMA

Dal 13 aprile al 26 maggio, in 7 piazze italiane (Bari, Napoli, Roma, Milano, Torino, Genova, Bologna), l'Easy Cooking Tour è stato oggetto di una partecipazione davvero entusiastica. La grande kermesse gastronomica organizzata da Tescoma (leader mondiale nel mercato degli utensili da cucina), in collaborazione con la scuola di Sale&Pepe, ha registrato numeri che parlano chiaro: oltre 8 i mila partecipanti accreditati e più di 250 i bambini iscritti ai corsi studiati per i più piccini. Aprezzatissimi i mirabolanti show cooking di Mattia Poggi, testimonial Tescoma, che ha aperto le giornate con "Roba da chef" (dedicato a tecniche e trucchi del mestiere) e le ha concluse preparando sorprendenti ricette di fingerfood. Molto seguite anche le esibizioni degli chef della nostra scuola, che a loro volta hanno svelato i segreti della propria arte, rendendoli accessibili a tutti. Grande soddisfazione, dunque, per una manifestazione ricca di emozioni, creatività e idee per la tavola quotidiana. Date un'occhiata al sito www.tescoma.it: troverete tutte le foto e i video girati durante il tour!



Sopra, i bambini imparano a cucinare. Sotto, Mattia Poggi scherza con il fotografo mentre prepara la pizza.



Sopra, uno show cooking di Mattia Poggi, testimonial Tescoma, nella cucina che il motorhome (in alto) ha portato in giro per l'Italia. A destra, una spettatrice con Roberto Maurizio, chef della scuola di Sale&Pepe.



Oppi Zucchini con Carne al Basilico

Togliate le zucchini in quattro cilindri, scavate l'interno con l'aiuto di uno scarino e tenete la polpa da parte.

Tritate l'aglio, la carne e il basilico.



Chef. La creatività tutti i giorni.

Chef stimola ogni giorno la tua creatività in cucina e puoi trasformare il piatto di tutti i giorni in una ricetta speciale. Chef ti offre tanti prodotti versatili, pratici e gustosi, perfetti per ogni tua idea: cucinare è un piacere dal risultato garantito.



Scopri
ricette
e curiosità
sulla pagina
facebook



Con Chef in cucina il vero chef sei tu.

Laura Maragliano



Freddo di frigo

DAL VERO GAZPACHO ANDALUSO AI GELATI GUARNITI, TANTE IDEE A TUTTA FRESCHEZZA

ritratto di Michele Tabozzi, foto delle ricette Francesca Moscheni, in cucina Antonella Pavanello

Quanti gazpacho si possono fare? Uno, cento, mille? E il vostro qual è? Il classico andaluso con pomodori pestati, peperoni, cipolla, cetriolo, aglio, mollica, olio e aceto o quello che fanno a Malaga con le mandorle? Persino il celeberrimo chef Ferran Adrià si è cimentato in questa preparazione che non pone limiti alla fantasia e la cui storia viene da molto lontano. L'origine risale agli Arabi, anche se con gli ingredienti di partenza (olio, aceto, aglio e pane) già gli antichi greci e poi i romani preparavano per i soldati una zuppetta, bevanda e alimento al tempo stesso, rinfrescante e corroborante. Diventato cibo dei contadini andalusi, il gazpacho nasceva nel "lebrillo" un mortaio di legno o coccio dove le donne tritavano con pazienza l'immane aglio, i peperoni verdi, il cetriolo, i pomodori (aggiunti in seguito, tra i cibi arrivati dal Nuovo Mondo) e il pane. Poi il mix diventava omogeneo grazie all'aceto, al sale e all'olio. Da servire rigorosamente freddo, oggi come ieri, ritempra dalla calura estiva e regala un pieno di vitamine. E poi ha il sapore delle vacanze, del mare e del sole. È per questo che apro il giornale con il semplice e meraviglioso gazpacho andaluso.



IL VERO GAZPACHO ANDALUSO

PER 6 PERSONE

7 pomodori medi - 2 cetrioli piccoli - 1 cipolla rossa
- 1 peperone verde medio - 1 spicchio d'aglio - 1,5
dl di olio extravergine di oliva - 1/2 dl di aceto - 100
g di pane casereccio raffermo privato della crosta
- 1/2 peperoncino piccante fresco - 2,5 dl di acqua
minerale naturale - sale

- **1** Spezzettate metà del pane in una ciotolina e fatelo ammorbidire nell'aceto. Pulite e lavate le verdure. Riducete a pezzetti 6 pomodori, 1/2 cipolla, 1 cetriolo, il peperone, l'aglio e il peperoncino privato dei semi.
- **2** In una ciotola, mescolate la dadolata di ortaggi con il pane all'aceto, metà dell'olio e un po' di sale. Coprite con pellicola per alimenti e fate raffreddare in frigo per 12 ore. Poi frullate il composto versando a filo l'olio rimasto e alternandolo all'acqua ben fredda.
- **3** Passate il tutto al setaccio facendo colare il gazpacho in una ciotola. Mettetelo nuovamente in frigo per una mezz'ora, quindi servitelo in 6 bicchieri tipo tumbler basso. Completate con il pomodoro, il cetriolo, la cipolla e il pane rimasti ridotti a dadini e cubetti ghiaccio.



- Si prepara una dadolata di pomodoro, peperone, cipolla e cetriolo, la si mescola con pane raffermo bagnato nell'aceto e si mette tutto in frigo. Poi si frulla con acqua e olio, si passa al setaccio ed ecco pronto l'insuperabile gazpacho andaluso. La zuppa fredda più facile e gustosa, che evoca nei sapori tanti piatti mediterranei, dalla panzanella toscana all'insalata greca. Nella versione originale, presentata in questa ricetta, è previsto un riposo in frigorifero di ben 12 ore (una sorta di "cottura all'aceto" che ammorbidisce la fibre delle verdure e arrotonda il gusto), ma nulla vieta, se il tempo stringe, di consumare il gazpacho subito, con qualche cubetto di ghiaccio, come si fa per i frullati di frutta.



Involtini dell'orto

Una verdura grigliata al posto della classica fettina di carne ed ecco che gli involtini, gustosi per definizione e sempre vincenti in tavola, assumono una veste squisitamente estiva, rivelandosi ideali in mille occasioni: per accompagnare l'aperitivo o come antipasto, per arricchire una cena a buffet, come secondo sfizioso o piatto unico leggero. Cuocete alla griglia tante fettine di melanzana, zuccina e peperone. Lasciatele raffreddare e poi farcitele: le melanzane con prosciutto cotto, scamorza e poca salsa di pomodoro; le zucchine con un gambero avvolto in una foglia di menta e una fetta di prosciutto crudo; i peperoni con capperi, acciughe e una salsina di ricotta e tonno sott'olio tritato. Arrotolate gli involtini, fermateli con uno stecchino e, se vi piace, aggiungete una macinata di pepe.



Segnaposto fai-da-te

Quando in vacanza c'è un'occasione di festa, come un compleanno o un amico in visita, è bello e rilassante perdere tempo con quei dettagli a cui normalmente non avremmo modo di dedicarci. Per una tavola solare e raffinata, scegliete tovaglie e piatti bianchi e poi colorate il tutto con segnaposti di fantasia. Se siete al mare, sono ideali le barchette di carta (a fiori, a cartina geografica), oppure, per una festa con bambini, i cosiddetti "cappellini da muratore", che i piccoli potranno anche indossare. In montagna, sbizzarritevi con pigne e mazzi di foglie o rametti secchi legati con la rafia. Aggiungete un bigliettino con il nome o, dove possibile, scrivetelo direttamente sul segnaposto.



Degustazione di gelato

Avete la possibilità di acquistare (o realizzare) un gelato artigianale? Allora vale la pena di preparare una vera e propria degustazione, come si fa per i formaggi e i vini d'ecellenza. Disponete i vari gusti in piccole ciotoline individuali e quindi proponete una serie di complementi golosi da abbinare ai gelati. Per esempio caramello, crema di cioccolato (grattugiatelo e fatelo fondere a bagnomaria con un po' di panna), frullato zuccherato di fragole e lamponi, marmellata di arance o confettura di pesche diluita con poca acqua, frutti di bosco caramellati in padella con zucchero, amarene sciroppate, topping per gelati, cialdine, biscotti sbriciolati. Disponete anche gli accompagnamenti in tanti ciotoline e prevedete un cucchiaino per ognuna. Creare l'abbinamento migliore con i vari gusti di gelato può trasformarsi in un gioco divertente, ideale per una merenda o un dopocena con amici.

Mozzarella ripiena

Per un pranzo veloce e sfizioso, sono geniali le insalatine miste monoporzionate servite in "scodelle" di mozzarella. Scavate 4 mozzarelle affumicate da 200 g, capovolgetele e lasciatele sgocciolare. Mescolate in una ciotola un po' di insalata mista, 2 zucchinette e 1 carota a julienne e 2 pomodori a spicchi. Condite il mix con un'emulsione di olio, succo di limone, sale ed erba cipollina tritata, quindi disponetelo ad arte nelle mozzarelle. Servite con fettine di pane integrale o di segale.





NUOVE FINISH GELCAPS. FORTI CONTRO LO SPORCO DELICATE SULLE STOVIGLIE.

- Un nuovo e potente gel concentrato per darti un pulito eccezionale.
- Una formula esclusiva che mantiene le stoviglie come nuove, più a lungo.
- Un'efficacia immediata anche nei lavaggi brevi, grazie a pratiche monodosi che si sciolgono velocemente e senza residui!

Seguici su  www.facebook.com/FinishItalia e sul sito www.finishinfo.it



Una giornata al mare

UN MENU SFIZIOSO CON TOCCHI GOURMAND
E UN RICCO APERITIVO SERALE
PER GODERE LA SPIAGGIA (E GLI AMICI)
DAL MATTINO AL TRAMONTO

testo di Cristiana Cassé, ricette di Alessandra Avallone (ha collaborato Anna Montoldi), foto di Claudio Tajoli, styling di Fulvia Carmagnini, scelta dei vini di Sandro Sangiorgi. Si ringrazia Action Sport di Castiglione della Pescaia (GR)

Sedie in legno Chianti Shine, sedie in metallo Ethimo, portapane, tovaglia, tovaglioli e tenda Society, cappello Zara, bicchieri, piatti e bowl in vendita da E De Padova, posate in legno da Cargo High Tech, bottiglia da Ikea. Indirizzi a pagina 6

A photograph of a beach setting. In the foreground, a wooden pole stands vertically, with a rope tied around its top. A blue folding chair is positioned next to the pole. To the left, a green folding table is partially visible. In the background, the ocean stretches to the horizon under a clear sky. A string of seashells hangs from the top left corner.

Una spiaggia selvaggia, il sole, una brezza leggera. Sono gli ingredienti perfetti per una giornata al mare di quelle che non si dimenticano. Perché solleticano quel Robinson Crusoe che alberga in ognuno di noi e regalano un onirico distacco dal clamori del mondo. Per goderne appieno vale la pena di curare ogni dettaglio, organizzando l'occorrenza per un picnic a tutto confort: un tavolo a cavalletti, un telo per costruire una tenda parasole, una grande tovaglia, stoviglie pratiche ma non di plastica (volano via al primo alito di vento...). E poi, irrinunciabile, un buon libro.

Un pranzo easy con stile

Anche il menu è all'altezza della situazione. Informale e "trasportabile", ma al tempo stesso stuzzicante e raffinato, è studiato per accompagnare l'intera giornata, dallo spuntino di mezza mattina all'aperitivo della sera.

> segue a pag. 16

**Tortano con olive
erbette e provola,**
pag. 22

> segue da pag. 15

Al posto della tradizionale torta salata, ecco un sontuoso tortano di erbette, provola affumicata e olive di Gaeta. Una golosità insolita e saporita che recita la parte del jolly tutt'ofare: è infatti ottimo come spezzafame sia di mattina che a merenda, magari sorseggiando una refrigerante limonata al pompelmo, e può persino essere speso come ricco pane di accompagnamento durante il pranzo.

Quando l'appetito si fa robusto, dopo i tuffi in mare e l'allestimento della tavolata, fa il suo ingresso un gustoso antipasto di totani e code di gambero cotti alla piastra con sale grosso e quindi mescolati con pomodori, cipollotti e aromi freschi. Il tutto arricchito da pezzetti di piadina tostati che aggiungono all'insalata un piacevole tocco croccante. Il condimento è quello classico: olio, aceto, sale e pepe.

> segue a pag. 19

Tovaglia e tovaglioli
Society, piatto, bowl
e bicchieri in vendita da
È De Padova, posate in
legno da Cargo High Tech.
Cappello Zara, sedia
in legno e portapane Chianti
Shine, sedia in metallo
Ethimo. Indirizzi a pagina 6

Limonata al pompelmo
Sciogliete 100 g di zucchero
di canna con 2 dl di acqua
in una casseruola a fuoco basso.
Lasciate raffreddare lo sciroppo
e poi mescolatelo con 2,5 dl di
succo di pompelmo rosso e 2 dl di
succo di limone. Aggiungete 1,2
litri di acqua minerale naturale,
mescolate e imbottigliate.



**Insalata di gamberi
e totani**, pag. 22



**Polpettone di manzo
e melanzane
alla menta, pag. 22**



Tavolino viola di Ethimo, tazza da tè
e piattino Zara Home, bicchiere con
conchiglie Italesse, bicchiere con fiori
da È De Padova, mug Zak design.
Tovaglioli Society, posate in legno
Cargo High Tech. Indirizzi a pagina 6



BERE GIUSTO

Sono pochi i vini che possono confortare una varietà così brillante di sapori e odori rispettando il senso leggiadro del picnic. La presenza diffusa di carni, verdure, formaggi e pomodoro invita all'uso di un versatile spumante Rosé trentino, ottenuto da uve bianche e rosse. È ideale anche sulla fragranza dei gamberi e dei totani ma, soprattutto, irresistibile quando si tratta di farsi coinvolgere nelle rutilanti preparazioni delle tapas.

**Pizzaiola di pollo
in barattolo, pag. 22**



Bastoncini di anguria al cioccolato

Ricavate dalla polpa dell'anguria tanti bastoncini piuttosto spessi, lunghi circa 8 cm. Con una pinzetta scartate i semi e sostituiteli con le gocce di cioccolato.

Avvolgete ogni bastoncino in un quadrato di carta da forno.

Sistemate i pacchettini in un contenitore e conservate al fresco fino al momento di servire.

Sedia Ethimo, costume Zara, piatto e bicchiere Italesse, bottiglia Ikea. Indirizzi a pagina 6



> segue da pag. 16

Dopo la portata di mare, si passa a un goloso polpettone di carne di manzo con melanzane e menta. Una portata rustica, che ricorda, negli ingredienti e nei profumi, i sapori magrebini. A seguire, la pizzaiola di pollo con pomodori alla piastra e rucola. Più delicata, ma comunque dai toni mediterranei, è il risultato di una lunga marinatura e diverte per l'insolita e pratica presentazione in barattolo. Il dolce e la frutta si sposano infine in un'unica geniale idea, che porta in tavola un'anguria davvero speciale: tagliata a barrette, nasconde al posto dei semi tante gocce di cioccolato.

> segue a pag. 20

> segue da pag. 19

In alto i calici

Tramonta il sole, ma non la voglia di stare insieme. Che anzi si rafforza con l'arrivo dell'aperitivo: vinello, birra e un inebriante cocktail a base di vodka, cetriolo, zenzero e succo di lime. Un mix freschissimo, dall'anima decisamente estiva, che trova degno accompagnamento in un trionfo di irresistibili stuzzichini. Dagli open sandwich di pesce con pesto di erbe fresche ai tramezzini di scampi con crema d'uovo, dai crostini con formaggio fresco, cipolle caramellate e prosciutto crudo fino alle tapas con gamberi e maionese allo yogurt. E così si tira tardi, tra una chiacchiera e un brindisi, perché questo è il senso della vacanza: non ci sono impegni, tornare a casa non è necessario.

Telo mare Linum, cappello Zara, piatto azzurro Moroni Gomma, i piatti bianchi tondi Italesse, piatto quadrato, piatti colorati (verde e bianco) e bicchieri cocktail in vendita da È De Padova, tovagliolo verde Society, tovagliolo in lino ecru e viola Chianti Shine, bicchieri birra Italesse, posate in legno da Cargo High Tech. Indirizzi a pagina 6



Mini open sandwich di palamita al pesto
 Tagliate 250 g di palamita sfilettata in piccoli tranci, conditeli con un pizzico di sale e lasciateli riposare per 15 minuti. Sciacquateli sotto l'acqua corrente e cuoceteli al vapore per 5 minuti. Lavate e asciugate una manciata abbondante di prezzemolo, menta ed erba cipollina. Sfregate con uno spicchio di aglio il bicchiere del frullatore a immersione, aggiungete le erbe e 4 cucchiaini di olio, salate e frullate. Versate il pesto di erbe sul pesce ancora caldo e lasciate raffreddare. Tostate leggermente 6 fette di pane a cassetta ai cereali, eliminate la crosta e dividete ogni fetta in 4 crostini. Tagliate a fettine finemente un cetriolo e un limone non trattato. Guarnite ogni crostino con una fetta di cetriolo, un pezzetto di palamita al pesto e un triangolino di limone.

Tramezzini agli scampi,
 pag. 23

Aperitivo al cetriolo, pag. 23

Dip di cipolle e robiola, pag. 23

Tapas con cocktail di gamberi

Tagliate una baguette a tronchetti, svuotateli di una parte della mollica e tostateli sotto il grill. Sgusciate 300 g di gamberi, cuoceteli al vapore, poi salateli e lasciateli raffreddare. Lavorate 4 cucchiaini di maionese con 2 di yogurt, una macinata di pepe e un cucchiaino di aneto secco sbriciolato. Condite i gamberi con la salsa. Riempite i tronchetti di pane con un cucchiaino di cocktail di gamberi e, appena prima di servire, guarnite con una fettina di pesca.

PRANZO

TORTANO CON OLIVE, PROVOLA ED ERBETTE

PER 8 PERSONE

400 g di miscela pronta di farine integrali - 600 g di farina tipo 00
- 100 g di pecorino grattugiato
- 800 g di erbette - 2 spicchi di aglio - 250 g di provola affumicata a fettine - 100 g di olive nere di Gaeta - 100 g di olive verdi - 8 g di lievito di birra secco - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Mescolate le due farine sul piano di lavoro, formate un pozzetto al centro, versatevi 6 dl scarsi di acqua tiepida, il lievito di birra e 2 cucchiaini di olio. Impastate gli ingredienti aggiungendo 2 cucchiaini scarsi di sale e lavorate ancora per qualche minuto incorporando metà del pecorino grattugiato. Ungete la pasta d'olio, mettetela in una ciotola, copritela con pellicola per alimenti e fatela lievitare in frigo per una notte.

● **2** Lavate le erbette e, senza scolarle completamente, saltatele in padella con olio e aglio. Salatele e, quando saranno appassite, alzate la fiamma per far evaporare il liquido di cottura.

● **3** Stendete la pasta da pane in una sfoglia rettangolare alta un dito. Distribuitevi sopra le erbette, la provola, il pecorino rimasto e le olive snocciolate lasciando un bordo libero di 2 cm tutto intorno. Arrotolate la pasta sul ripieno, piegate il rotolo a ciambella e sigillate le estremità.

● **4** Trasferite il tortano su una teglia foderata con carta da forno, ponete al centro un bicchiere resistente al calore, spennellate di olio la superficie della pasta e cuocete in forno caldo a 200° per 1 ora. Servite tiepido o freddo.

FACILE

- Preparazione 30 minuti + il riposo
- Cottura 1 ora e 15 minuti
- 680 cal/porzione

INSALATA DI GAMBERI E TOTANI

PER 8 PERSONE

4 mini piadine - 24 code di gambero - 4 totani medi - 250 g di pomodorini ciliegia - 4 cipollotti

- 1 mazzetto di basilico
- 1 mazzetto di erba cipollina - olio extravergine d'oliva
- aceto - sale grosso - pepe

● **1** Sgusciate le code di gambero, staccate i tentacoli dei totani e tagliate le sacche a rondelle. Scaldare una piastra di ghisa, cospargetela con una presa di sale grosso e cuocetevi i pesci. Trasferiteli in una grossa insalatiera e conditeli con olio e pepe. Tostate le piadine, spezzettatele con le mani e unitele al pesce.

● **2** Tagliate i pomodorini a spicchi e i cipollotti a fettine e condite entrambi con olio, aceto, sale, pepe. Unite l'erba cipollina tritata e le foglie del basilico e mescolate. Aggiungete il mix all'insalata di pesce e piadine e lasciate riposare 30 minuti prima di servire.

FACILE

- Preparazione 30 minuti ● Cottura 20 minuti ● 225 cal/porzione

POLPETTONE DI MANZO E MELANZANE ALLA MENTA

PER 8 PERSONE

600 g di carne di manzo macinata
- 1 uovo piccolo - 1 patata grande lessata - 2 melanzane grandi
- 2 cipollotti - 1 mazzetto di prezzemolo e menta - 2 tazze di ceci lessati - 2 cucchiaini di tahina (crema di sesamo, nei negozi di gastronomia etnica)
- 2 limoni - olio extravergine d'oliva - peperoncino in polvere - sale

● **1** Disponete sulla placca del forno le melanzane a fette spesse e conditele con sale, peperoncino e olio. Cuocetele da ambo i lati sotto il grill finché prendono colore.

● **2** Impastate la carne con la patata schiacciata, l'uovo, i cipollotti tritati e salati e metà delle erbe sminuzzate. Bagnate e strizzate un foglio di carta da forno lungo 40 cm e stendetelo sul piano di lavoro. Disponete al centro l'impasto di carne in un rettangolo di 30x26 cm. Coprite la carne con le melanzane, arrotolate il polpettone aiutandovi con la carta, avvolgetelo in quest'ultima e legare le estremità con spago da cucina.

● **3** Rosolate il polpettone con la carta in una padella antiaderente a fuoco medio, senza aggiungere condimenti. Quando vederete la carne dorata attraverso la carta, trasferite il polpettone nel forno a 180° per 30 minuti. Aprite la carta, cospargete la carne con le erbe rimaste tritate, richiudete e lasciate raffreddare.

● **4** Intanto, frullate i ceci con 1/2 tazza di acqua, la tahina, il succo di 1 limone e sale (se il composto risulta troppo denso unite altra acqua). Servite il polpettone con la salsa a parte e il limone rimasto a spicchietti.

MEDIA

- Preparazione 45 minuti ● Cottura 45 minuti ● 215 cal/porzione

PIZZAIOLA DI POLLO IN BARATTOLO

PER 8 PERSONE

2 piccoli petti di pollo
- 4 pomodori tondi - 1 mazzo di erbe miste (salvia, timo, alloro tenero, rosmarino) - origano secco - 1 mazzo di rucola - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Tritate grossolanamente le erbe fresche. Dividete i petti di pollo a metà seguendo i lobi naturali. Conditeli in una ciotola con le erbe, sale e 2 cucchiaini di olio. Rigirateli nella marinata, coprite con pellicola per alimenti e lasciate riposare al fresco per una notte.

● **2** Avvolgete i petti di pollo in 4 cartocci di carta da forno e cuoceteli a vapore per 8 minuti. Lasciate raffreddare, aprite i cartocci e affettate la carne.

● **3** Tagliate i pomodori a fette spesse, tamponateli con la carta da cucina, spennellateli con un po' di olio e cuoceteli alla piastra. Conditeli con sale e origano. Mettete sul fondo di 8 vasetti uno strato di rucola e quindi aggiungete le fette di pollo alternate a quelle di pomodoro. Condite con olio e pepe, chiudete i barattoli e teneteli al fresco fino al momento di servire.

FACILE

- Preparazione 35 minuti + il riposo
- Cottura 8 minuti ● 165 cal/porzione

Aperitivo al cetriolo
Sbucciate un cetriolo, affettatelo, mettetelo in un barattolo con 3 dl di vodka e lasciate marinare per un'ora. Grattugiate un pezzetto di zenzero fresco (circa 3 cm), mettete la polpa in carta da cucina e spremete in modo da ricavare 2 cucchiaini di succo. Mescolate quest'ultimo con 3 cucchiaini di sciroppo di zucchero di canna (nei supermercati o nei negozi di liquori). Filtrate la vodka e fatela raffreddare in frigo in un barattolo a chiusura ermetica. Tagliate a nastro un secondo cetriolo, distribuite le fette in 8 bicchieri. Aggiungete in ognuno 1/8 della vodka, 1 cucchiaino di sciroppo allo zenzero e 1/2 cucchiaino di succo di lime, mescolate e riempite con acqua gassata ben fredda.

TRAMEZZINI AGLI SCAMPI

PER 8 PERSONE

24 code di scampi - 2 uova sode e 1 crudo - 1 cucchiaino di senape - 1 cucchiaino colmo di maionese - 1 mazzetto di erbe miste (basilico, erba cipollina, prezzemolo) - 1 cuore di lattuga - 300 g di pangrattato

- 24 fette di pancarré
- olio extravergine d'oliva
- sale - pepe

- **1** Sgusciate gli scampi, apriteli a libro ed eliminate il filetto nero. Passateli nell'uovo sbattuto con sale e pepe e poi nel pangrattato. Friggeteli in abbondante olio bollente, sgocciolateli e fateli asciugare su carta da cucina.
- **2** Schiacciate le uova sode con la forchetta, mescolatele con la senape, la maionese, una presa di sale e 2 cucchiaini di erbe tritate.
- **3** Togliete la crosta al pancarré. Spalmate la crema d'uovo sulla metà delle fette, appoggiate su ognuna 2 scampi e qualche foglia di lattuga e richiudete con il pane rimasto. Premete leggermente i sandwich con il palmo della mano, tagliateli a metà diagonalmente e fissateli con uno stecchino.

FACILISSIMA

● Preparazione 30 minuti ● Cottura 10 minuti ● 170 cal/porzione

DIP DI CIPOLLE E ROBIOLA

PER 8 PERSONE

4 cipolle nuove bianche - 2 cucchiaini di aceto di vino bianco - 200 g di robiola - 100 g di prosciutto crudo - 1 pacchetto di crostini croccanti - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Affettate le cipolle e mettetele in padella con mezzo bicchiere di acqua 3 cucchiaini di olio, 2 prese di sale e l'aceto. Cuocete a fuoco medio finché l'acqua sarà evaporata e, continuando a mescolare, fate caramellare le cipolle (dovranno risultare ben dorate). Salate, pepate, lasciate raffreddare e mescolate con il formaggio.
- **2** Al momento di servire, spalmate un po' di crema sui crostini e completate con mezza fettina di prosciutto. Servite la crema rimasta in una ciotola con altri crostini. Se vi piace, potete sostituire il prosciutto crudo con fettine di roastbeef.

FACILISSIMA

● Preparazione 20 minuti ● Cottura 20 minuti ● 190 cal/porzione

Verdura dell'Alto Adige Scoprite la freschezza



Riscoprite il piacere dei sapori genuini, della verdura cresciuta sotto il sole, dei piatti gustosi della nostra tradizione. La Verdura dell'Alto Adige cresce in montagna e si raccoglie fresca e croccante da giugno ad ottobre.

www.verduraaltoadige.com



Verdura

Inviare a:
EOS della Camera di
commercio di Bolzano
via Alto Adige 60
39100 Bolzano
info@verduraaltoadige.com

Desidero ricevere gratuitamente il ricettario ed il depliant Verdura dell'Alto Adige.

Nome _____ Cognome _____

Via _____ Città / Provincia _____

Al servizio della legge n. 675/96 i dati personali saranno utilizzati esclusivamente per l'invio del materiale richiesto.

Focacce pugliesi

CHIUSE O APERTE, DI SOLA FARINA O CON LE PATATE SCHIACCIATE, SONO UN AUTENTICO MITO GASTRONOMICO DA CELEBRARE COME TRADIZIONE COMANDA. ANCHE A CASA

a cura di Barbara Roncarolo, servizio, foto e ricette Spagoni+Mulas, realizzazione delle ricette Leonardo Ancona e Nicoletta Semeraro. Si ringrazia per l'ospitalità Leonardo Ancona e la famiglia Semeraro





A sinistra, la legna di ulivo brucia nel grande forno in muratura: quando le fiamme si smorzano e restano solo le braci ardenti, è il momento di cuocere la focaccia. Sopra, l'impasto in lievitazione custodito tra i panni per mantenere stabile la temperatura. Sotto, il trullo che ospita il forno, tra fichi d'India, melograni e piante aromatiche. Nell'altra pagina, la focaccia alla "chianca", che può essere preparata con i pomodorini interi oppure spaccati a metà.

ALLA "CHIANCA" DI PASTA DI PANE STRAPPATA, CON POMODORINI INTERI E ORIGANO

PER 6 PERSONE

400 g di farina di grano duro - 100 g di patate lessate schiacciate - 50 g di lievito madre (o 1/2 cubetto di lievito di birra) - 100 g di pomodorini maturi - olio extravergine di oliva - origano - sale

- **1** Versate la farina a fontana su di un piano, aggiungete le patate schiacciate, mettetevi al centro il lievito madre (o quello di birra, sciolto in poca acqua tiepida), mezzo cucchiaino di sale e mezzo bicchiere d'acqua e amalgamate con cura, eventualmente aggiungendo poca acqua, fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo. Copritelo con un panno e lasciatelo lievitare in un luogo tiepido per circa 1 ora, finché il volume della pasta sarà raddoppiato.
- **2** Intanto riscaldate il forno a 200°. Stendete la pasta grossolanamente sulla pala del forno (o su di un piano leggermente infarinato), distribuitevi sopra i pomodorini leggermente schiacciati, profumate con l'origano e completate con un pizzico di sale e abbondante olio di oliva. Se avete un forno a legna, infornate direttamente, cioè senza teglia, e lasciate cuocere per circa 30 minuti. Quando la focaccia sarà dorata, sfornate e servite.

FACILISSIMA

● Preparazione 20 minuti + il riposo ● Cottura 30 minuti ● 340 cal/porzione





ANTICA, DI PANE RAFFERMO CON POMODORINI E ORIGANO

PER 6 PERSONE

400 g circa di pane raffermo - 200 g di pomodorini a grappolo maturi - olio extravergine di oliva - origano - sale

- **1** Preriscaldate il forno a 200°. Spezzettate il pane grossolanamente, mettetelo in una ciotola in ammollo in acqua fredda e lasciatelo riposare per circa 20 minuti, finché risulterà morbido.
- **2** Sgocciolate il pane, strizzatelo benissimo e distribuitelo in una teglia foderata con carta da forno bagnata e strizzata e schiacciatelo bene con il dorso di un cucchiaio, fino a ottenere una superficie liscia e compatta.
- **3** Lavate i pomodorini, tagliateli a metà e distribuiteli senza sgocciolarli sulla superficie. Cospargete la focaccia in modo uniforme con una manciata abbondante di foglie di origano, sale e olio. Infornate la preparazione per circa un'ora e sfornate quando la superficie risulterà ben dorata.

FACILISSIMA

- Preparazione 20 minuti + il riposo ● Cottura 30 minuti
- 327 cal/porzione

Sapori antichi, identità contemporanea

Sono trascorsi secoli da quando gli Statuti quattrocenteschi dell'università di Bisceglie documentavano le antiche versioni della focaccia pugliese, ma da allora poco è cambiato per questo capolavoro dell'arte bianca: se è stato introdotto l'uso della farina di grano tenero, non è mutata l'abitudine, tutta locale, di incorporare le patate lessate e schiacciate per dare più sofficità all'impasto. Ed è rimasto invariato anche il passaggio nel forno a legna dopo la cottura del pane per sfruttare il calore residuo delle braci.

In un trullo nel cuore della Valle d'Itria, come in un viaggio a ritroso nel tempo, abbiamo ritrovato l'atmosfera, i gesti e l'attenzione che da sempre accompagnano la creazione della focaccia. La preparazione inizia al mattino presto. La farina viene unita al lievito madre, custodito in vasi di terracotta, e spesso alle patate lessate. Con calma, si attende la lievitazione degli impasti adagiati in panni di lino e cotone, al riparo da correnti d'aria. E poi via alla preparazione: l'impasto si tende, si schiaccia, si tira o si pizzica con mano veloce per condirlo come vuole la tradizione. Per finire, solo un giro d'olio e il passaggio in forno, dove la focaccia cuoce direttamente sulla pietra che qui si chiama "chianca". Proprio come nella ricetta di pagina 25, che nel titolo ricorda anche le origini della focaccia come pasta di pane "strappata": per testare la temperatura del forno il fornaio strappava una piccola parte dell'impasto del pane e la stendeva in un disco facendola cuocere direttamente sulla pietra. Da quella pasta, arricchita con i pomodorini spaccati e profumata con l'origano essiccato, ha preso forma la focaccia pugliese.



Le cipolle rosse di Acquaviva, dalla tipica forma appiattita, sono famose per la dolcezza.



CON CIPOLLA ROSSA, SCAMORZA E POMODORINI

PER 6 PERSONE

500 g di farina bianca tipo 00 - 100 g di patate lessate schiacciate - 50 g di lievito madre (o 1/2 cubetto di lievito di birra) - 200 g di pomodorini maturi - 2 cipolle rosse di Acquaviva - 200 g di scamorza affumicata - olio extravergine di oliva - sale

- 1 Versate la farina a fontana sul piano di lavoro, aggiungete le patate schiacciate, mettetevi al centro il lievito madre (o quello di birra, sciolto in poca acqua tiepida), mezzo cucchiaino di sale e mezzo bicchiere d'acqua e amalgamate con cura, fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo. Copritelo con un panno e lasciatelo lievitare in un luogo tiepido per circa 1 ora, finché il volume della pasta sarà raddoppiato.
- 2 Nel frattempo, preriscaldate il forno a 200°. Affettate sottilmente le cipolle e immergetele in acqua fredda per 5 minuti. Stendete la pasta in una teglia unta con un filo d'olio d'oliva, distribuitevi i pomodorini a spicchi, la cipolla ben sgocciolata e la scamorza a fettine. Irrorate con un filo d'olio e infornate per circa 30 minuti.

FACILISSIMA

- Preparazione 20 minuti + il riposo
- Cottura 30 minuti ● 425 cal/porzione

CON POMODORI AFFETTATI E OLIVE NERE

PER 6 PERSONE

500 g di farina bianca tipo 00 - 50 g di lievito madre (o 1/2 cubetto di lievito di birra) - 400 g di pomodorini maturi - 60 g di olive nere - olio extravergine di oliva - sale

- 1 Versate la farina a fontana su di un piano, mettetevi al centro il lievito madre (o quello di birra sciolto in poca acqua tiepida), mezzo cucchiaino sale, mezzo bicchiere d'acqua e amalgamate con cura, eventualmente aggiungendo poca acqua, fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo. Copritelo con un panno e lasciatelo lievitare in un luogo tiepido per circa 1 ora, finché il volume della pasta sarà raddoppiato.
- 2 Intanto riscaldete il forno a 200°. Stendete la pasta in una teglia unta con un filo d'olio e distribuitevi i pomodori tagliati a metà e le olive nere denocciolate. Condite con abbondante olio di oliva e infornate per circa 30 minuti, finché la focaccia risulterà dorata. Sfnorate e servite.

FACILISSIMA

- Preparazione 20 minuti + il riposo ● Cottura 30 minuti ● 409 cal/porzione





In alto, la pasta appena stesa viene pizzicata per chiudere i due strati della focaccia e contenere al meglio il ripieno con un bellissimo effetto decorativo: si cosparge poi con abbondante olio e si mette in forno, dove l'impasto diventa dorato e friabile (qui a sinistra).

Questa focaccia può essere preparata in una variante più ricca sostituendo nel ripieno le cipolle con gli "spunzali" (giovani cipolle simili a cipollotti) e aggiungendo 2 cucchiaini senape e 40 g di ricotta forte. Qui sotto, un gesto antico e ancora attualissimo: le patate lessate si schiacciano con un piatto, per essere unite all'impasto.

RIPIENA CON CIPOLLA BIANCA, SEDANO, POMODORO E OLIVE NERE

PER 10 PERSONE

1 kg di farina bianca tipo 00 - 100 g di lievito madre (o 1 cubetto di lievito di birra) - 100 g di patate lessate schiacciate - 500 g di cipolla bianca - 100 g di pomodorini maturi - 100 g di sedano - 60 g di olive nere - olio extravergine di oliva - sale

- **1** Versate la farina a fontana su di un piano, aggiungete le patate schiacciate, mettetevi al centro il lievito madre (o quello di birra, sciolto in poca acqua tiepida), mezzo cucchiaino di sale e mezzo bicchiere d'acqua e amalgamate con cura, eventualmente aggiungendo poca acqua, fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo. Copritelo con un panno e lasciatelo lievitare in un luogo tiepido per circa 1 ora, finché il volume della pasta sarà raddoppiato.
- **2** Nel frattempo, riscaldare il forno a 200°. Pulite e affettate le cipolle e il sedano; tagliate a pezzetti i pomodori. Rosolate in una padella la cipolla con 2-3 cucchiaini di olio, poi unite sedano, pomodori e olive e cuocete per circa 10 minuti. Dividete in due l'impasto, quindi stendete la prima parte sul fondo di una teglia unta d'olio, farcitelo con il ripieno, copritelo con la pasta rimasta, completate con olio e sale, infornate la focaccia e fate cuocere per circa 40 minuti. Quando sarà ben dorata, sfornate e servite.

FACILISSIMA

- Preparazione 20 minuti + il riposo ● Cottura 50 minuti ● 451 cal/porzione



COPERTA CON PASTA DI PANE INTEGRALE CON CIPOLLOTTI, POMODORINI, ALICI, OLIVE NERE E CAPPERI

PER 8 PERSONE

500 g di farina di grano duro - 300 g di farina integrale arricchita di crusca - 100 g di lievito madre (o 1 cubetto di lievito di birra) - 150 g di patate lessate schiacciate - 500 g di cipollotti (in Salento si usa la scalora) - 100 g di pomodorini maturi - 4-5 alici sott'olio - 60 g di olive nere denocciolate - 1 manciata di capperi - olio extravergine di oliva - sale

● **1** Versate le farine a fontana su di un piano, aggiungete le patate schiacciate, mettetevi al centro il lievito madre (o quello di birra, sciolto in poca acqua tiepida), mezzo cucchiaino di sale e mezzo bicchiere d'acqua e amalgamate con cura, eventualmente aggiungendo poca acqua, fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo. Copritelo con un panno e lasciatelo lievitare in un luogo tiepido per circa 1 ora, finché il volume della pasta sarà raddoppiato.

● **2** Nel frattempo, riscaldare il forno a 200°. Pulite e affettate i cipollotti e riducete i pomodori a pezzetti. Fate rosolare i cipollotti in una padella con 2-3 cucchiaini di olio, unite i pomodori, le olive e i capperi e cuocete per 10 minuti.

● **3** Dividete l'impasto in due, stendete la prima parte sul fondo di una teglia unta d'olio, farcitetelo con il ripieno, completate con le alici e coprite la focaccia con la pasta rimasta. Infornate e fate cuocere per circa 30-40 minuti. Quando sarà ben dorata, sfornate e servite.

FACILISSIMA

● Preparazione 20 minuti + il riposo ● Cottura 45 minuti ● 443 cal/porzione



Sopra, l'impasto di farina integrale sta riposando sotto il panno di lino. Si trasformerà nella focacciona ripiena di cipollotti, olive, alici e capperi.



BARESE CON MEZZI POMODORINI, PATATE, OLIVE VERDI E ORIGANO

PER 8 PERSONE

500 g di farina bianca tipo 00 - 100 g di patate lessate schiacciate
- 50 g di lievito madre (o 1/2 cubetto di lievito di birra) - 400 g di
pomodorini maturi - 200 g di patate - 60 g di olive verdi - olio extravergine
di oliva - origano secco - sale

- **1** Versate la farina a fontana su di un piano, aggiungete le patate schiacciate, mettetevi al centro il lievito madre (o quello di birra, sciolto in poca acqua tiepida), mezzo cucchiaino di sale e mezzo bicchiere d'acqua e amalgamate con cura, eventualmente aggiungendo poca acqua, fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo. Copritelo con un panno e lasciatelo lievitare in un luogo tiepido per circa 1 ora, finché il volume della pasta sarà raddoppiato.
- **2** Nel frattempo lessate le patate intere per 30 minuti in acqua bollente salata. Poi scolatele, sbucciatele e tagliatele a fettine.
- **3** Preriscaldate il forno a 200°. Stendete la pasta in una teglia unta con olio d'oliva, distribuitevi i pomodorini leggermente schiacciati, le patate a fette e le olive, cospargetela con l'origano, un pizzico di sale e olio. Infornate e lasciate cuocere per circa 30 minuti. Quando la focaccia sarà dorata, sfornate e servite.

FACILISSIMA

- Preparazione 20 minuti + il riposo ● Cottura 1 ora ● 300 cal/porzione





In alto, alcune farine di grano tenero e grano duro per la preparazione dei diversi tipi di focaccia. Più a destra, la lavorazione del soffice impasto integrale al termine della lunga lievitazione.

Qui a lato, le stoviglie con la tipica decorazione pugliese, ottenuta dal colore spruzzato con rami di pino. Più a destra, un mazzo di "spunzali", le giovani cipolle simili a cipollotti. Nell'altra pagina, la focaccia con i mezzi pomodorini schiacciati, che può essere preparata anche nella variante con i pomodorini interi.



Idee brillanti in CUCINA

Oggi il concetto di salotto buono è stato sostituito da un modo nuovo di vivere gli spazi, che ripensa la cucina come luogo conviviale non solo per i familiari, ma anche per gli amici. Due chiacchiere e un aperitivo mentre lo chef finisce di spadellare sono apprezzati come segno di familiarità. Certo, tutto questo è possibile quando l'ambiente è all'altezza di sguardi indiscreti. Così entra in scena Nuncas Casa9, una linea di prodotti efficaci per la cura della tua cucina. Casa9 Supersgrassante Premium è l'amico per le pulizie pesanti ed è la soluzione rapida e soddisfacente anche nei casi difficili come i fornelli o la cappa. Casa9 Detergente Multiuso è perfetto per lo sporco quotidiano, efficace nel rispetto delle superfici, anche le più delicate. Per la bellezza hi-tech dell'acciaio c'è Inox Crema Protettiva, la crema che pulisce senza graffiare, lascia la superficie protetta e ritarda la formazione di nuovo calcare. Infine, Inox Detergente Lucidante è lo spray per la pulizia quotidiana, pensato per non lasciare aloni senza necessità di risciacquare.



Che profumo di pulito

In cucina è importante scegliere una profumazione non aggressiva per l'olfatto, come quelle proposte da Nuncas: limone, mela verde, fresco agrumato, erbe aromatiche. Delicate e perfette per la cucina. Con Nuncas hai la certezza dell'eccellenza in più di duecento prodotti, dal 1935.

seguici su



Profumi e sapori in giallo

LE SFUMATURE DEI
FIORI DI ZUCCHINA
SI ACCORDANO
A BOCCIOLI E
COROLLE DORATE.
IN UNA CASSETTA
FRAGRANTE
CHE PORTA IL SOLE
IN TAVOLA

a cura di Enza Dalessandri,
realizzazione di Antonella Pavanello,
foto di Francesca Moscheni



PREPARAZIONE ED ESECUZIONE

occorrente: 1 spugna per fioristi rettangolare (oasis) - 1 piccola cassetta quadrata - 1 mazzetto di fiori di zuccina (con il gambo o la zuccina attaccati) - 1 mazzetto di fresia gialla - qualche ramo di solidago

- 1 Tagliate la spugna per fioristi seguendo le misure della cassetta, appoggiatela in un catino pieno d'acqua e lasciatela affondare in modo che assorba tutta l'acqua necessaria.
- 2 Sgocciolate la spugna e inseritela nella cassetta. Se la cassetta non è foderata, rivestitela prima con pellicola o alluminio in modo che non perda acqua. Infilate i fiori di zuccina nella spugna, inserendo il gambo o la zuccina.
- 3 Accorciate la fresia e infilatela nella spugna, alternandola ai fiori di zucca. Separate i rami di solidago per ottenere tanti rametti piccoli e inseriteli nella spugna tra i fiori di zucca e le fresie in modo da realizzare una composizione armoniosa in cui il giallo dei fiori si alterna al verde di rami e foglie.



L'arte del crudo

IRRESISTIBILI E DI GRAN MODA, CARNE, PESCE E PRODOTTI DELL'ORTO PREPARATI SENZA COTTURA DIVENTANO VERE E PROPRIE DELIZIE PERFETTE PER LA TAVOLA ESTIVA

a cura di Alessandro Gnocchi, testi di Mariarosa Schiaffino, ricette di Alessandra Avallone, foto di Adriano Brusafferri, styling di Alessandro Pasinelli Studio

A close-up photograph of a plate of fresh vegetables. The plate is white with a blue and green floral pattern around the edge. It contains several slices of green cucumber, some of which are stacked. There are also several cherry tomatoes, some whole and some cut in half, and several slices of red onion. The vegetables are arranged in a way that they are easily visible and appealing.

Il cibo crudo? A rigore, non è cucina. Perché cucina viene appunto da cuocere, processo che, attraverso il fuoco, trasforma ingredienti e sostanze in modo che siano più adatte a essere mangiate e digerite. Ma in un'accezione più ampia, cucinare vuol dire, come dice il dizionario, "elaborare materie alimentari in modo da trasformare elementi offerti dalla natura in cibi creati dall'immaginazione e dalla cultura di un popolo". In effetti, come non riconoscere alle ostriche, servite nature su un letto di ghiaccio, di rappresentare uno dei vertici del piacere del gusto, degno della tavola più raffinata e sensuale, ma anche più colta e allusiva? E come non considerare un carpaccio o una tartare espressioni della gastronomia, cioè dell'arte della cucina? Il crudo oggi è una vera e propria categoria del gusto. Si basa sul rispetto delle materie prime, esalta la naturalità, la freschezza, la genuinità degli ingredienti, che devono essere di qualità eccellente perché non possono essere corretti o trasformati dall'azione del fuoco. Il cibo è se stesso, sì, ma... non può fare a meno dell'intervento dello chef, inteso come chiunque sceglie, predispone, accompagna, porge. Sarebbe troppo facile.

> segue a pag. 36

TARTARA DI SCAMPI CON GRANITA DI PESCHE

PER 4 PERSONE

20 code di scampi sgusciate
freschissime - 12 pomodori
ciliegini - 1 mazzetto di erba
cipollina - qualche ramo di basilico
greco (a foglia piccola) - 2 pesche
mature - 1 cucchiaino di zucchero
di canna - aceto di sherry -
peperoncino rosso piccante -
olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Sbucciate le pesche, frullatele, conditele con 1 pizzico di sale, 1 cucchiaino di aceto di sherry e lo zucchero. Versate la purea in un contenitore da freezer e ghiacciatela mescolando con una forchetta ogni 20 minuti finché la granita è pronta.
- **2** Eliminate il filo nero degli scampi, tagliateli a dadini, disponeteli nei piatti mettendoli in forma con un coppapasta. Tagliate in quarti i pomodorini, conditeli con aceto di sherry, sale ed erba cipollina tagliuzzata. Distribuite i pomodorini sopra gli scampi, aggiungete foglioline di basilico, peperoncino, un filo d'olio e, appena prima di servire, la granita di pesche.

FACILE

- Preparazione 20 minuti + riposo
- Cottura nessuna ● 160 cal/porzione



> segue da pag. 35

Il segreto nel taglio giusto

Ecco quindi interventi che possono apparire minimi e sono invece decisivi: innanzitutto il taglio di carni o pesci, per renderli pronti all'incontro col palato, poi tutte le pratiche di condimento e aromatizzazione che li esaltano e li valorizzano. Salse, marinature, emulsioni, salamoie che accarezzano la superficie delle crudità, sono di fatto delle specie di "cotture" incruente che non alterano la struttura, ma certo cambiano il risultato finale. Tartare, carpacci, sashimi imperano. Dal polpo al manzo, dal vitello ai frutti di mare, dal tonno alla carne di cavallo... C'è poi tutta la gamma di vegetali, dagli ortaggi

più polposi come pomodoro, peperone, zucchina, cetriolo, ai frutti come melone, avocado, ananas. Sembra che non ci siano più barriere all'arte del crudo. Se il fuoco è bandito, il ferro è fondamentale. Il coltello è strumento cardine per portare in tavola queste preparazioni che rispondono nel modo più diretto alla voglia di refrigerio dell'estate. A proposito di lame. Per il carpaccio, gloria veneziana del mitico Harry's Bar, il controfiletto di manzo va tagliato a fette sottilissime, difficili da ottenere a mano. Meglio chiedere al macellaio e alla sua affettatrice, ma bisogna fare in modo che la carne resti in frigorifero, una volta tagliata, il meno possibile.

> segue a pag. 42

ROTOLINI DI CETRIOLO CON CREMA DI AVOCADO E VERDURE

PER 4 PERSONE

2 cetrioli sodi - 1 avocado - 1 lime - 1/2 limone - 1 carota - 2 falde di peperone giallo o rosso - 1 cuore di lattuga - 1 cucchiaino di sesamo al wasabi, o tostato (nei negozi alimentari orientali) - salsa di soia (o aceto balsamico) - olio extravergine d'oliva - peperoncino in polvere - sale

- **1** Tagliate a julienne lunga le falde di peperone e la carota. Spremete il lime e conservate il succo. Sbucciate l'avocado, schiacciatelo bene con una forchetta, conditelo con il succo di lime, sale e 1 pizzico di peperoncino in polvere. Con la mandolina, tagliate i cetrioli a nastri abbastanza sottili.
- **2** Disponete sul piano di lavoro le strisce di cetriolo sovrapponendole leggermente fra loro a coppie sul lato lungo; spalmatele fino a 2/3 della loro lunghezza con la polpa di avocado appena preparata, aggiungete qualche filo di peperone e di carota, 2 o 3 foglioline di lattuga. Arrotolate in modo abbastanza saldo i cetrioli e, con un coltello affilato, tagliate a metà gli involtini ottenuti.
- **3** Emulsionate il succo del 1/2 limone con 1 cucchiaino di salsa di soia (o aceto balsamico), 1 dl di acqua tiepida, 1 pizzico di sale, 2 cucchiaini d'olio. Versate il condimento in una ciotola, servite con gli involtini decorando il tutto con il sesamo.

FACILISSIMA

- Preparazione 30 minuti ● Cottura nessuna ● 175 cal/porzione

Tagliere LSA, ciotolina Ikea, cucchiaino Villeroy&Boch, Tessuto C&C Milano. Nell'altra pagina, piatti e ciotole Emile Henry, cestino del pane Caterina von Weiss, bicchiere Bormioli Rocco, tessuto C&C Milano. Indirizzi a pagina 6



SASHIMI DI MANZO

PER 4 PERSONE

200 g di carpaccio di punta d'anca di manzo - 200 g di carpaccio di controfiletto di manzo marmorizzato - 4 acciughe salate - 1 spicchio d'aglio fresco - 4 fettine di zenzero fresco - coriandolo fresco - cerfoglio fresco - aceto di riso o di mele - 1 cipollotto - 6 fettine di jalapeno (peperoncino verde) sott'olio - 1 grosso peperoncino verde dolce (friggitello) - d'olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Dissalate le acciughe, ricavatene i filetti, tagliateli losanghe, distribuiteli in 4 ciotoline e copriteli d'olio. Affettate il peperoncino dolce e il cipollotto, saltateli in padella con 1 cucchiaio d'olio, salate leggermente, unite le fettine di jalapeno tritate e togliete dal fuoco. Mettete il soffritto in una ciotola dalle pareti alte, frullate con il frullatore a immersione e montate la salsa aggiungendo a filo 2-3 cucchiai d'olio. Regolate di sale e suddividete la salsa in 4 ciotoline. Affettate finemente l'aglio fresco, lasciatelo macerare per 30 minuti con l'aceto e 1 pizzico di sale.
- **2** Togliete la carne dal frigorifero e suddividete nei piatti singoli i due tipi di carpaccio; condite la punta d'anca con l'aglio macerato e il cerfoglio, decorate il manzo marmorizzato con una julienne di zenzero e foglioline di coriandolo. Accompagnate ogni piatto con le due salse diverse.

FACILE ● Preparazione 15 minuti ● Cottura 3 minuti ● 250 cal/porzione

CRUDO DI BRANZINO E CETRIOLI

PER 4 PERSONE

200 g di filetto di branzino pescato - 1 cetriolo carosello - 6 pomodori ciliegini - 1 cestino di germogli misti - qualche filo di erba cipollina - 1 piccolo cipollotto rosso - aceto di vino bianco - colatura di alici - 1/2 limone - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Salate il filetto di branzino, lasciatelo riposare 10 minuti in frigorifero, sciacquatelo, asciugatelo bene e rimettetelo in frigo. Tagliate a pezzetti i pomodori, salateli, aggiungete l'erba cipollina tagliuzzata e un filo d'olio. Affettate finemente il cipollotto e conditelo con qualche goccia di aceto e sale. Emulsionate il succo di del limone con 1 cucchiaino e mezzo di colatura di alici, 4 cucchiaini d'olio e pepe. Affettate sottilmente il cetriolo.
- **2** Tagliate a fette sottili il filetto di branzino. Alternate il pesce e il cetriolo affettati nel piatto da portata formando una corona. Posizionate al centro i pomodorini, i germogli e il cipollotto e condite il pesce con la citronnette preparata.

FACILISSIMA

- Preparazione 20 minuti ● Cottura nessuna
- 155 cal/porzione

Piatto Asa Selection, tessuto C&C Milano. Nell'altra pagina, piatto Bormioli Rocco, ciotoline Villeroy&Boch, taglieri LSA, tessuto C&C Milano. Indirizzi a pagina 6

Total. Lo yogurt a regola d'arte.



È l'autentico yogurt greco, naturale al 100%. Preparato alla perfezione da FAGE secondo la ricetta classica: solo buon latte di mucca e fermenti lattici vivi, niente zuccheri aggiunti*, conservanti o addensanti. E sempre **4 litri di latte per ogni chilo di Total**, più un particolare processo di colatura che elimina il siero acquoso. Il risultato è uno yogurt denso e cremoso, ricco di proteine naturali e persino senza grassi (Total 0%). Un capolavoro di purezza, dal gusto intenso e vellutato. Godetevi!

*Contiene solo gli zuccheri naturali del latte.



Taglieri con ciotoline e caraffina
LSA, forchette Villeroy&Boch,
tessuto C&C Milano, tovagliolo
La Fabbrica del Lino.
Indirizzi a pagina 6



QUANDO LA TRADIZIONE SI CONIUGA CON LA QUALITÀ

Mariuccia Roggero Ferrero, chef stellata dal 1990, grande e appassionata interprete della tradizione piemontese, nel suo Ristorante San Marco di Canelli (Asti), propone da sempre la carne cruda, piatto tipico del territorio... "Certo per me è d'obbligo" spiega. "Si batte al coltello la Fassona piemontese, carne magra, mostosa. Si condisce con olio, sale, pepe e un tuorlo d'uovo che l'ammorbidisce. E solo prima di servirla si aggiunge succo di limone. Io ho perfezionato la ricetta. Metto il sale sul bordo del piatto in modo che neppure quello cuocia la carne prima del tempo, ma soltanto al momento in cui si comincia a mangiare".

E con quale contorno accompagna questa delizia?

Con una insalatina di ortaggi crudi tagliati a julienne... Ma, nella stagione giusta, scelgo il tartufo

Che differenza c'è con la carne all'albese?

Quella all'albese è a fettine, spesso accompagnata da scaglie di parmigiano, sempre da teneri carciofi o un cuoricino di sedano, oppure da tartufo.

Che cosa pensa della moda del pesce crudo?

È un'ottima cosa. D'altra parte, trovo che tutto il crudo sia un'ottima cosa. Però bisogna fare attenzione che venga preparato nel rispetto assoluto della natura degli ingredienti, della qualità e della freschezza.

TARTARE DI VITELLONE CON SALSA D'UOVO

PER 4 PERSONE

360 g di manzo magro macinato - 4 cucchiaini di capperini - qualche rametto di prezzemolo - 1 cipollotto - aceto di sherry - 3 tuorli sodi - 1 cucchiaino di senape di Digione - 2 cucchiaini di succo di limone - 1 cucchiaino di salsa di soia - 1 cuore di lattuga - 1 cestino di germogli misti - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** In una ciotola profonda, schiacciate i tuorli con la senape di Digione e il succo di limone. Con un frullatore a immersione, montate la salsa aggiungendo il filo 1/2 bicchiere d'olio; incorporate la salsa di soia e salate. Preparate una vinaigrette emulsionando 1/2 bicchiere d'olio, 2 cucchiaini di aceto di sherry, sale e pepe.

● **2** Lavorate la carne macinata con poco sale, pepe e un filo d'olio e formate 12 polpettine. Foderate 12 ciotoline con foglie di lattuga, suddividetevi i germogli misti e disponetevi 1 polpettina per ciascuna. Completate con i capperini scolati, il cipollotto e il prezzemolo tritati. Servite con la salsa d'uovo e la vinaigrette.

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura nessuna ● 335 cal/porzione

Piatto Emile Henry, Forchetta
La Table d'Albert, bicchiere
Bormioli Rocco, tovaglia
La Fabbrica del Lino.
Indirizzi a pagina 6



SANDWICH DI ANGURIA

PER 4 PERSONE

4 fette di anguria - 200 g di formaggio di capra fresco - 1 cipollotto rosso - aceto di vino bianco - 12 olive di Gaeta - 1 pomodoro cuore di bue - 1/2 spicchio di aglio fresco - 1 cuore di lattuga - 1 cestino di germogli di cipolla (nei negozi bio) - aceto rosso - peperoncino verde in polvere - olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Affettate il cipollotto e conditelo con sale e qualche goccia d'aceto rosso. Denocciate le olive. Tagliate in due e paregiate le fette di anguria ricavando 8 quadrati della misura di una fetta di pancarré e poi dividete ciascun quadrato in 2 triangoli. Su 8 triangoli distribuite il formaggio di capra, il cipollotto affettato, le olive denocciate e le foglie di lattuga. Chiudete i sandwich con gli 8 triangoli rimasti e impilatene 2 per ogni porzione.
- **2** Tritate finemente il pomodoro, conditelo con l'aglio schiacciato, 1 pizzico di sale e qualche goccia di aceto bianco, 2 cucchiaini d'olio e il peperoncino.
- **3** Distribuite sui tramezzini il battuto di pomodoro e completate con i germogli di cipolla.

FACILE

- Preparazione 15 minuti
- Cottura nessuna ● 325 cal/porzione

> segue da pag. 36

Dal Veneto al Piemonte: simile al carpaccio è la carne all'albese, mentre la tartare, forse il più antico dei crudi, riporta ai guerrieri nomadi dell'Asia centrale che mettevano la carne tra il dorso e la sella dei cavalli per ottenere una frollatura naturale. Per i puristi la tartare è a base di carne di cavallo, ma di solito si usa il manzo, che va frantumato battendolo col coltello, mai nel mixer.

Condimento, vedi alla voce creatività

Al momento di condire, si apre il ventaglio dei sapori. Olio, limone, pepe, sale sono alla base di qualunque marinatura. E maionese, senape, aceto, salsa Worcester, ma anche tuorlo d'uovo,

panna... Si aggiungono scalogno, tabasco, capperi, cetriolini secondo le ricette e i gusti. Peperoncino, erba cipollina, menta, aneto... gran varietà di aromi anche per il variegato capitolo dei crudi di pesce, oggi di gran moda: salmone, tonno, spada, polpo, scampi... offrono fragranti delizie perfette nei giorni caldi. Anche frutta e ortaggi sfidano la creatività e diventano protagonisti di piatti in cui dolce e salato vengono accostati dando vita a invenzioni sorprendenti. Lo dimostra la ricetta qui sopra, autentica perla di freschezza. Insomma, godetevi questi piatti crudi, eleganti, elementari nella preparazione. Unica condizione: la qualità degli ingredienti, che deve essere eccelsa.

A PROPOSITO DI VINO

ETICHETTE E ABBINAMENTI, I CONSIGLI DEL SOMMELIER

Sorsi delicati



CON CARNE, PESCE E ORTAGGI CRUDI, MEGLIO SCEGLIERE LE NOTE PIÙ LIEVI

a cura di Daniela Falsitta, testi di Sandro Sangiorgi

SOLUZIONI D'ARMONIA

Scegliere il vino per i cibi crudi non segue la regola del contrasto di sapori. Che senso avrebbe, infatti, incidere sulla fresca e lineare fragilità di un carpaccio, di un sashimi o di una tartare, quando è proprio la loro intima delicatezza a farceli desiderare? Meglio è sperimentare un'assonanza: assecondiamo per un po' il gusto principale del cibo, lo facciamo esprimere e, con l'ultimo slancio del vino, riportiamo la bocca nella condizione di accogliere un nuovo boccone. La scelta di cosa bere parte dalla materia prima e tiene i condimenti sullo sfondo. Una precauzione per non sacrificare inutilmente una buona bottiglia è evitare marinature prolungate, perché quasi tutti gli aceti, il limone e gli agrumi riproducono il comportamento acidulo del vino col quale finiscono per entrare in concorrenza.

BIANCO, ROSÉ O ANCHE ROSSO

I bianchi leggiadri e non troppo alcolici sono una soluzione versatile. L'Arneis del Roero e il Vermentino dei Colli di

Luni sono tra i migliori sui pesci, in particolare sui crostacei dei quali rispettano la polposa dolcezza, anche perché evitano lo sgraziato effetto metallico. Quando insieme al pesce troviamo le verdure possiamo optare per vini che esaltino la croccantezza dei sapori, come il valdostano Petite Arvine o il sapido Ansonica del Giglio. Appena si tratta di carni, scegliamo sempre specialità dal comportamento moderato ma provviste di maggiore corposità. Il Cerasuolo d'Abruzzo è vicino alla freschezza delle carni rosse adattandosi con successo anche a salse intense. Come lui funzionano l'altoatesino Lagrein Kretzer, meno acido della pur buona Schiava, e il pugliese Rosato da Nero di Troia. Se le carni sono chiare, preferiamo l'ampiezza di un Montecarlo Bianco o di un Greco di Tufo, che accolgono la fibra lieve del cibo e l'accompagnano fino in fondo. Su ricette che uniscono frutta e salati, infine, diventa auspicabile uno spumante Rosé dotato di un accenno di dolcezza



GRECO DI TUFO

Cantina Russo Taurasi, Taurasi (AV), 06 9410405; 9 €.

Rispetta il profilo moderno, pulito, accogliente e versatile del Greco di Tufo, questo vino adatto a servire una tartare di vitello come un crudo di branzino esaltando al contempo gli ingredienti vegetali.

CERASUOLO D'ABRUZZO

Azienda Agricola Emidio Pepe, Torano Nuovo (TE), 0861 856493; 18 €.

Voluttuoso e fragrante, il Cerasuolo di Pepe restituisce il sapore vellutato del Montepulciano aggiungendovi freschezza. Da mettere alla prova su sashimi e sandwich del nostro servizio a pag. 34.

PETITE ARVINE

Azienda vitivinicola Les Crêtes, Aymavilles (AO), 0165 902274; 12 €.

Vino di montagna per antonomasia, si trova a suo agio nel difficile campo dei vegetali crudi grazie a una spiccata morbidezza, ideale se si affrontano cibi dotati di una certa acidità.

VERMENTINO COLLI DI LUNI

Santa Caterina Vini, Sarzana (SP), 0187 629429; 11 €.

La scelta naturale di questa cantina spezzina sta dando i suoi frutti: il suo Vermentino è un esempio di leggiadria e sapida lunghezza, ideale da abbinare ai nostri scampi con la granita di pesche.

Come un orto sul mare



Simone Rugiati,
giovane chef creativo,
dice che “Dio ha creato
il cibo e il diavolo certo
gli chef”. Anche perché
alle pentole ci pensa
Lagostina.

Divertente e
incontenibile, Simone
Rugiati ha una carriera
da professionista di
alto livello, tra libri,
trasmissioni tv e
consulenze. Eppure
sceglie di parlare anche
a chi non è esperto ai
fornelli, con preparazioni
speciali nel gusto, ma
facili da realizzare. Per
questo ama lavorare con
le pentole a pressione
Lagostina e con le
nuovissime gamme
antiaderenti come
Tempra, per risultati
veramente “alla Rugiati”.

**LE CAPESANTE
ACCENDONO
IL GUSTO DI
CARCIOFI E
PISELLI IN
UNA RICETTA
GOURMET.
IN 15 MINUTI,
CON LE NUOVE
LAGOSTINA**





CAPESANTE PIASTRATE CON CREMA DI PISELLI, CARCIOFI ALLA MENTA E GUANCIALE CROCCANTE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

12 capesante freschissime - 6 carciofi spinosi - 200 g di piselli freschi sgranati - 1 cipollotto fresco - 6 fettine di guanciale sottili - 1 rametto di menta - 1 spruzzata di vino bianco - 1 patata gialla - 3 cucchiaini di olio extra vergine di oliva - sale e pepe - 2 ecodosi di acqua (pari a 500 ml)

PROCEDIMENTO:

Tagliate il cipollotto fresco e stufatelo nella pentola a pressione Domina® Vitamin Lagostina con 2 fettine di guanciale tagliato fino, pochissimo olio, i piselli e la patata pelata e affettata. Unite 2 ecodosi di acqua e chiudete.

Posizionate la valvola sulla cottura delle verdure e mandate in pressione calcolando poi 8 minuti circa dal momento del sibilo. A cottura ultimata fate intiepidire e frullate con il mixer a immersione fino a ottenere una crema.

Pulite i carciofi e tagliateli in 2 per lungo. Rosolate il guanciale rimasto in una padella antiaderente come Tempra Lagostina fino a renderlo croccante. Asciugate la padella con carta da cucina e rosolatevi i carciofi per poi sfumarli con il vino bianco, salate e pepate e profumate con la menta.

Con un coppapasta ondulato tagliate in superficie da un lato le capesante per poi avere in cottura la rigatura. Rosolate le capesante con sale e pepe nella Tempra Lagostina. Servitele sulla crema di piselli, accompagnate da carciofi e guanciale.

PENTOLE A PRESSIONE E NUOVISSIME ANTIADERENTI. SCEGLI LA TECNOLOGIA INNOVATIVA LAGOSTINA.

Lagostina è specializzata nel vapore da 50 anni e firma le pentole a pressione più sicure, veloci e facili da usare (c'è anche il dosatore di liquidi). Inoltre con i modelli a due pressioni, come la nuovissima Domina® Vitamin, hai una cottura più delicata per pesce o verdure e una più intensa per carni e pollame.

La tecnologia Lagostina sorprende anche nelle antiaderenti, con la nuova Tempra, dall'esclusiva hard base brevettata in titanio. Il nuovo rivestimento Meteorite® Ultimium, insieme al top coat superiore resistente a graffi e ad abrasioni, crea un prodotto di livello professionale che dura fino a dieci volte di più rispetto a padelle similari, come dimostrato da test effettuati nel 2012. Inoltre il fondo in acciaio e alluminio rende Tempra Lagostina ideale anche all'induzione. Con in più il comfort delle manicature in silicone, dedicate al piacere di cucinare.

Lagostina
— 1901 —



Scarica subito la nuovissima App "A tutto vapore" per smartphone e tablet per avere sempre con te le ricette con la pentola a pressione!



Segui Lagostina anche su Facebook.

www.lagostina.it

www.lagostinacasa.it



Campagna finanziata con l'aiuto dell'Unione Europea



datterino Così Com'è

pensa piccolo, gusta grande!



In vetro, sempre fresco e pronto all'uso, in ogni stagione.

Il datterino **CosìCom'è** è una varietà pregiata di pomodoro da tavola. Conservato in vetro, è sempre pronto a restituire la sua dolcezza e la sua naturalità, rendendo raffinate anche le preparazioni più semplici.

Il datterino **CosìCom'è** è solo quello prodotto da Finagricola, leader italiano dell'ortofrutta, nei suoi appezzamenti della Piana del Sele.

È raccolto esclusivamente a mano, solo quando è maturo sulla pianta e controllato con meticolosità nell'intero processo produttivo, dalla semina al confezionamento, che avviene a poche ore dalla raccolta.

CosìCom'è è disponibile al naturale, in succo ed in passata, per rendere esclusivi tutti i tuoi piatti.



seguici su 

acquista anche online 

www.cosicome.eu

Diamoci un taglio

A TAVOLA E IN CUCINA, IL COLTELLO È INDISPENSABILE PER TRATTARE QUALSIASI ALIMENTO. A COMINCIARE DALLA CARNE

a cura di Alessandro Gnocchi,
servizio di Patrizia Cantoni,
testo di Francesca Romana Mezzadri

Semplice e pratico, perfetto per tagliare e infilzare i bocconi di selvaggina, il coltello è diventato di uso comune ancora prima che si cominciasse a consumare i pasti attorno a una tavola. Da allora, grazie alla tecnologia e al design, si è andato perfezionando e oggi lo si trova in forme e in materiali diversi. La versione più semplice ha lama appuntita e liscia, che non strappa le fibre ed è perfetta per la carne; ma una leggera zigrinatura permette di incidere la crosticina delle bistecche alla griglia.

Tra i coltelli da cucina, il più diffuso è quello da chef, detto anche trinciante, con lama liscia, larga e lunga; è adatto a ogni alimento e, per i tagli di precisione, viene affiancato dal piccolo e appuntito spelucchino. Per disossare, serve invece una lama sottile e rigida (da non usare per

> segue a pag. 48



- 1 Coltello da bistecca con lama in acciaio speciale (Collezione Twin® Pollux, Zwilling; 22,50 €).
- 2 Coltello da bistecca con lama in acciaio forgiato (Paderno; 21,50 €).
- 3 Coltello da bistecca americano in acciaio inox (Mepra; set di 2 coltelli 24,50 €).
- 4 Coltello artigianale con manico in corno di cervo (Coltellerie Lepre; 40 €).
- 5 Coltello da carne con lama in acciaio inox e manico in nylon (Victorinox; 5,50 €).
- 6 Coltello da carne con manico in legno di carpino colorato (Linea Essentiels, Opinel; set di 4 coltelli 35 €).
- 7 Coltello da carne in acciaio inox (Wmf Italia; set di 6 coltelli 80 €). Indirizzi a pagina 6

> segue da pag. 47

sfilettare il pesce, per il quale è necessaria una lama molto più elastica). Se gli ossi si devono spaccare ecco la mannarina, a lama rettangolare. Parlando di coltelli da cucina, la classica lama seghettata è riservata al pane e ai coltellini da verdura, per incidere bucce resistenti come quella del pomodoro.

Tra i materiali, il più usato è l'acciaio, meglio se forgiato, ricavato da un pez-

zo unico. L'alternativa più ricercata è la ceramica, apprezzata per la precisione del taglio, perché non ossida gli alimenti delicati e non perde il filo. I coltelli in acciaio, invece, vanno affilati con regolarità. A casa, si usa un affilatore manuale o elettrico oppure una pietra abrasiva. L'acciaio, sorta di lima cilindrica, corregge e mantiene il filo fra un trattamento e l'altro. Ancora oggi ci si può rivolgere all'arrotino, che è possibile "scovare" chiedendo a un ferramenta di fiducia. Per il lavaggio, è meglio scegliere quello a mano per evitare che in lavastoviglie, sbattendo uno contro l'altro, i coltelli si rovinino.

- **1** Coltello da carne (Zwilling® Pure; 69,50 €).
 - **2** Coltello Santoku Pure Black in acciaio inox con rivestimento soft nero (Stelton; 75 €)
 - **3** Mannaretta con lama in acciaio e manico ergonomico (Linea Azza, Tescoma; 30 €).
 - **4** Coltello con lama in ceramica microzigrinata per arrostiti e pane a cassetta (Kyocera; 112 €).
 - **5** Coltello per disossare e mondare la carne cruda (Linea Premana Profesional, Sanelli; 19,05 €).
 - **6** Coltello per disossare in acciaio inox (Global; 102 €)
 - **7** Coltello da chef perfetto per tutti gli ingredienti (Linea Tatau, Alessi; 43 €).
- Indirizzi a pagina 6



Innovazione,
design e fantasia:
ingredienti unici
per le tue ricette
migliori.

PenNovo

L'arte di decorare con semplicità
The art of decorating with simplicity



PenNovo è una penna decoratrice in morbido silicone dotata di 6 diversi beccucci che ti permettono di farcire, decorare, contornare e scrivere personalizzando con dediche ogni ricetta...

PEDRINI®

Dal 1942, uno stile inconfondibile.



PEDRINI PPL SpA
info@pedrini.com
www.pedrini.com

Numero Verde
800-331330



pedrinippi@amazon.it



fb.com/pedrini.casalinghi



pinterest.com/pedrinippi



Utensili e accessori di
qualità professionale
per preparare,
guarnire, servire...



Stampi in silicone e
acciaio, per cuocere,
congelare, per
cioccolatini...

A pranzo in bottega

ALLA SCOPERTA DEI NUOVI LOCALI
MULTITASKING DOVE SI GUSTANO
PIATTI A BASE DI PRODOTTI
ECCELLENTI E SPECIALITÀ TIPICHE.
CHE SI POSSONO ANCHE ACQUISTARE

testo di Paola Mancuso, in cucina Claudia Compagni,
foto di Alkèmia, styling Stefania Aledi

Qui accanto e in basso, due angoli della Pescheria Mattiucci: sopra c'è un soppalco con i tavoli, sotto il negozio. Il locale di Milano ha aperto dopo quello di Napoli.



Sopra e a fianco, il bancone dei salumi e la sala ristorante di Cusina e Butega. Nella bella stagione, si può pranzare nel dehors del locale, nel centro storico di Ferrara.

Qui sotto, la bottega aperta sul cheese bar della Latteria Perenzin, che comprende anche il ristorante PER - Percorsi Enogastronomici di Ricerca. Si trova a Bagnolo (Treviso).



Botteghe di alimentari che aggiungono una manciata di tavoli davanti al bancone. Oppure aprono un bistrot annesso al negozio (di solito, con orari che vanno ben oltre quelli dei normali punti vendita). Da qualche tempo è il boom delle botteghe con cucina, che si stanno diffondendo a macchia d'olio nelle grandi città, così come nei piccoli centri.

Il binomio pasto più spesa gourmet, infatti, è vincente: ci incuriosisce una specialità della tradizione locale, o un prodotto pregiato? Si può assaggiare in loco, per conoscerne gusto, preparazione e abbinamenti. Viceversa, se ci è piaciuto un piatto, troviamo sugli scaffali o nel banco di gastronomia gli ingredienti per cucinarlo a casa. La formula prende spunto dalla tradizione delle drogherie con cucina di un tempo, ma la sviluppa seguendo canoni attualissimi: prodotti d'eccellenza proposti in modo informale (passione dei foodies contemporanei), offerta di tendenza (i locali polifunzionali) e risposta alle esigenze di oggi (esco per cena e faccio anche la spesa).

> continua a pag. 53



Torta di tagliatelle

In queste pagine, alzata e piatti di Frette at Home, complementi vintage di 100FA, piatto Rosenthal Studio-Line, prodotti sullo scaffale di Bottegas. Indirizzi a pag. 6

Parmigianina di pesce sciabola



TORTA DI TAGLIATELLE

(ricetta fornita da Cusina e Butega, Ferrara)

PER 6 PERSONE

225 g di farina - 150 g di zucchero - 170 g di burro + quello per lo stampo - 2 uova + 1 albume - la buccia grattugiata di 1 limone non trattato - 100 g di mandorle - sale

- **1** Impastate 125 g farina con 50 g di zucchero, 50 g di burro a pezzetti, un uovo, un pizzico di sale e metà della buccia grattugiata del limone. Formate una palla e fatela riposare per 30 minuti in un luogo fresco.
- **2** Nel frattempo, impastate la farina rimasta con l'uovo e la buccia grattugiata restanti e un pizzico di sale; stendete una sfoglia sottile, arrotolatela, tagliatela a rondelle sottili e aprite le tagliatelline.
- **3** Preparate il ripieno: tritate le mandorle, mescolatele con lo zucchero rimasto, 100 g di burro morbido e l'albume.
- **4** Stendete la frolla in un disco e disponetelo in uno stampo di circa 22 cm unto di burro. Distribuitevi il ripieno preparato, coprite con le tagliatelline e completate con il burro rimasto a fiocchetti. Cuocete nel forno caldo a 160° per circa 30 minuti.

FACILE

● Preparazione 30 minuti ● Cottura 30 minuti ● 526 cal/porzione

PARMIGIANINA DI PESCE SCIABOLA

(ricetta fornita da Pescheria Mattiucci, Milano)

PER 4 PERSONE

8 filetti di pesce sciabola con la pelle - 400 g di provola - 4 zucchine - 8 pomodorini - 1 spicchio d'aglio - 1 rametto di rosmarino - basilico fresco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Lavate i pomodorini e cuoceteli a fuoco basso in una padella con poco olio e lo spicchio d'aglio sbucciato per 10 minuti. Unite il rosmarino tritato, sale, pepe e cuocete ancora per 5 minuti. Nel frattempo, lavate i filetti di sciabola e fateli asciugare su carta da cucina. Tagliate la provola a fette dello spessore di mezzo cm e della misura del filetto. Lavate

le zucchine e tagliatele sottili nel senso della lunghezza.

- **2** Mettete 4 filetti di pesce su un tagliere dalla parte della pelle, disponetevi uno strato di zucchine, uno di provola, sistematevi al centro 2 dei pomodorini preparati e ripetete gli strati alternando zucchine e provola. Completate con i filetti di pesce rimasti con la pelle rivolta verso l'alto e avvolgete ciascuna parmigianina con carta da forno.
- **3** Cuocete nel forno già caldo a 200° per 6-7 minuti, sformate, poi eliminate la carta raccogliendo il sughetto che si è formato. Servite la parmigianina irrorata con il suo sughetto, un filo d'olio crudo, una punta di sale e una foglia di basilico. Accompnate, se vi piace, con pomodorini freschi.

FACILE

● Preparazione 20 minuti ● Cottura 22 minuti ● 568 cal/porzione

LUMACONI GRATINATI AL BASILICO

(ricetta fornita da PER, Bagnolo di San Pietro di Feletto, Treviso)

PER 4 PERSONE

400 g di lumaconi pasta di Gragnano - 250 g di mozzarella da latte di bufala - 250 g di ricotta vaccina biologica - 30 g di capperi sotto sale - 100 g di basilico - 80 g di montasio Dop vecchio - 6 filetti di acciuga - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Lessate la pasta in abbondante acqua bollente e salata. Scolatela 2 minuti prima del tempo indicato e raffreddatela sotto l'acqua corrente.
- **2** Montate con la frusta la ricotta e la mozzarella tagliata a cubetti, fino a ottenere una crema. Salate e pepate. Aggiungete le acciughe e i capperi dissalati e tritati. Incorporate il montasio grattugiato e amalgamate bene il tutto.
- **3** Farcite i lumaconi con il ripieno preparato e metteteli nel forno già caldo a 180° per 10 minuti. Nel frattempo, pestate nel mortaio il basilico con sale, pepe e olio sufficiente per ottenere una crema. Servite i lumaconi su un letto di crema di basilico.

FACILE

● Preparazione 20 minuti ● Cottura 25 minuti ● 795 cal/porzione

LE NOSTRE SCELTE

Damini macelleria & affini, via Generale Cadorna 31, Arzignano (Vi), www.daminieaffini.com

Per - Latteria Perenzin, via Cervano 77 d, Bagnolo San Pietro di Feletto (Tv), www.perperenzin.com

Pescheria Mattiucci, via V. Monti 56, Milano, www.pescheriamattiucci.com

Cusina e Butega, corso Porta Reno 26, Ferrara, www.cusinaebutega.com

Uovodiseppia, corso Filippo Re Capriata 29, Licata (Ag), www.uovodiseppia.it

> segue da pag. 51

Antesignani dei “cuochi in bottega”, i fratelli Damini (quarta generazione di una famiglia di macellai) di Arzignano (Vi) puntano sull’alta qualità delle carni Limousine fornite da un unico, fidato allevatore. Lavorate nel laboratorio sotto il negozio, sono poi vendute al bancone o proposte, anche a crudo, nel ristorante annesso. Ancora in Veneto, nella Marca trevigiana c’è la Latteria Perenzin, dove da circa 100 anni la stessa famiglia produce e affina formaggi. La lavorazione è artigianale, ancorata alla tradizione, ma con una vocazione alla sperimentazione che ha portato la storica Latteria a produrre, oltre a montasio Dop e formaggio ubriaco, anche vaccini e caprini biologici. Si possono degustare nello spazio polifunzionale Per (Percorsi Enogastronomici di Ricerca) che, sopra le celle di stagionatura, riunisce bottega, cheese bar e un ristorante che offre piatti a base dei formaggi della casa, dessert compreso.

Segue la tradizione degli antenati anche Luigi Mattiucci che a Milano ha aperto un piccolo locale che riprende lo stile della pescheria di famiglia, a Napoli. In vetrina c’è il banco dei prodotti ittici per la vendita, con specie anche poco presenti nelle pescherie convenzionali; ai tavoli si gustano piattini di pesce, spesso abbinati a prodotti tipici campani come la provola.

Se dalla bottega al bistrot il passo è breve, è vero anche l’inverso. A Ferrara, Cusina e Butega è un ristorante che ha aperto un negozio per la vendita delle specialità emiliane in menu, dalla pasta fatta in casa ai salumi, ai dolci. Il contagio virtuoso sta coinvolgendo anche chef stellati come Pino Cuttaia, che a Licata (Ag) ha appena aperto una boutique gastronomica dove trovare materie prime e preparazioni del suo ristorante La Madia: sughi, pasticceria e piatti take away. Il nome della boutique? Uovodiseppia, una delle sue creazioni più famose.



**Lumaconi gratinati
al basilico**



POWER TO YOUR NEXT STEP

Fai un passo
avanti con gli
obiettivi Canon.
Guarda il
mondo da una
prospettiva
nuova.

EF-S
Lenses

EOS
System



Canon

**POWER
TO YOUR
NEXT STEP**
Award 2013



Partecipa al photo contest
canon.it/nextstepaward2013

Fai un passo avanti su canon.it |  YouTube





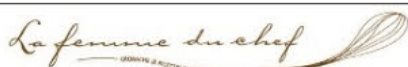
CUCINO DA VICINO

Uno spiedino con pomodorini e mozzarella (foto): semplice, veloce e buono. È una metafora della filosofia di Nai. Su cucinodavicino.blogspot.it infatti propone ricette per donne che lavorano, devono cucinare rapidamente, senza rinunciare al gusto. Per lei il blog è hobby e passione, come lo sono anche musica, scrittura e macro fotografia.



SONIA NEL PAESE DELLE STOVIGLIE

Cercando la parola "pomodoro" su nelpaese dellestoviglie.com lo troviamo abbinato a pesce, carne, verdure, cereali, spezie e profumi. La cucina di Sonia rispecchia la sua persona: curiosa, chiacchierona, sognatrice e creativa. Nella vita reale vive a Londra, si occupa di comunicazione e marketing digitale e da sempre ha il pallino della fotografia.



LA FEMME DU CHEF

Per Claudia i pomodori e il loro inconfondibile profumo in cucina sono strettamente associati all'estate. D'altra parte bisognava aspettarselo da una siciliana doc (che ha vissuto a Parigi e ora sta a Milano). Sul suo lafemmeduchef.com oltre ad apprezzare la pizza (foto) e altre ricette, trovate un post particolarmente poetico sulla preparazione della passata.

Pomodoro in un click

SUCCOSO E PROFUMATO, QUESTO ORTAGGIO TIPICAMENTE ESTIVO ISPIRA GLI AUTORI DEL WEB CHE LO USANO IN TANTI MODI PER FRESCHE E APPETITOSE RICETTE. TUTTE DA SCOPRIRE

di Barbara Roncarolo



AROMA DI CASA

«Ho avuto nonne che cucinavano benissimo e sono cresciuta a bife de chorizo, empanadas e dulce de leche, risotto allo zafferano e cotoletta alla milanese, baklava, dolmades e kefir». Patricia è nata e vissuta in Argentina, ma ha origini lombarde da parte di padre e greche ed egiziane da parte di madre. Il suo aromadicasa.blogspot.it profuma di tante culture e insegna modi insoliti per usare gli ingredienti, pomodoro per primo.



LA RICETTA CHE VALE

«Sono una perfezionista, mi piacciono l'ordine e l'armonia. E amo creare». Vale si presenta così sul suo laricettachevale.blogspot.it. I dolci sono il suo fiore all'occhiello, ma a volte la blogger si permette qualche eccezione e si cimenta con piatti salati. Ne sono un esempio i suoi soffici muffin ai pomodori (foto). In questo caso ha messo la sua maestria da "pasticciera" al servizio del succoso frutto dell'orto. Il risultato è stato una ricetta speciale, con la quale ha partecipato al giveaway, cioè una specie di concorso, di lacuisinedetantocaruccia.blogspot.it.



Segnalateci il vostro blog e le vostre foto. Siamo anche su Twitter e Instagram (@SALEePEPEmag): vi aspettiamo!



Ciotola La Porcellana
Bianca, cucchiaino
Bitossi Home
Indirizzi a pagina 6

SEMPLICI PIACERI



Cake con concassé
aromatica, pag. 60

Voglia di pomodoro

SOLARE E VOLUTTUOSO, TRIONFA
IN ZUPPETTE, TORTE SALATE,
TARTARE E PERSINO IN UN SORBETTO

a cura di Barbara Roncarolo, foto di Luca Colombo/Studio XL, ricette
di Paola Volpari, styling di Barbara Mantovani e Sissi Valassina

VELLUTATA ALLE SPEZIE CON SPIEDINO DI ZUCCA

PER 4 PERSONE

2 kg di pomodori cuore di bue - 1 carota - 1 cipolla - 1 costola di sedano - 1 testa di aglio - 5 g di zucchero di canna - brodo vegetale - 100 g di panna fresca - 15 g di farina - 1 cucchiaino di spezie in polvere (cumino, cannella, zenzero) - 1 rametto di salvia - 10 g di zucchero a velo - 200 g di polpa di zucca estiva - aceto di mele - olio extravergine di oliva - peperoncino - sale

- **1** Pulite e affettate la cipolla, la carota e il sedano, mettete tutte le verdure in una larga teglia da forno, unite i pomodori a tocchetti e insaporite con un pizzico di sale, uno di peperoncino, le spezie in polvere e lo zucchero di canna e irrorate con 4 cucchiaini di olio e il brodo. Lavate, senza sbucciare, la testa d'aglio e tagliatela a metà orizzontalmente; avvolgetela nell'alluminio e sistematele nella teglia.
- **2** Coprite e infornate a 180° per 50 minuti, scoprite e proseguite la cottura per 10 minuti. Tagliate la zucca a cubetti di circa 2 cm e scottateli per 6 minuti con 2 dl di acqua bollente e 2 dl di aceto. Sgocciolate e fate raffreddare.
- **3** Togliete le verdure dal forno, passatele al mixer e poi al passaverdure. Passate anche la testa di aglio e unitela al composto. Infilate i cubetti di zucca su spiedini di legno, alternandoli a foglie di salvia e sistemateli su una placca foderata con carta da forno. Salateli e cospargeteli con lo zucchero a velo e passateli sotto il grill a 220°, finché saranno caramellati.
- **4** Ponete il passato in una casseruola, portatelo a ebollizione, abbassate la fiamma, unite la panna mescolata alla farina, regolate di sale proseguite la cottura per 5 minuti. Fate intiepidire e servite con gli spiedini di zucca.

FACILE

● Preparazione 20 minuti ● Cottura 1 ora ● 275 cal/porzione



SANDWICH DI POMODORI VERDI FRITTI

PER 4 PERSONE

8 piccoli pomodori Merinda verdi - 350 g di friggirelli (peperoncini verdi dolci) - 70 g di salame piccante - 120 g di farina 00 - 1 tuorlo - 2,2 dl di acqua gassata - 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva - olio di semi di arachide - sale - pepe

- **1** Rosolate i peperoncini privati dei semi e tritati con l'olio extravergine, salateli e pepateli. Spellate il salame, tritatelo e unitelo ai peperoncini.
- **2** Tagliate a metà i pomodori verdi, scavateli per eliminare i semi e il centro più duro e farciteli con il composto preparato. Ricomponeteli, fissando le due metà con uno stecco di legno, e poneteli in freezer per 10 minuti.
- **3** Mettete una ciotola in un'altra più grande contenente acqua e ghiaccio, trasferite nella ciotola piccola il tuorlo con l'acqua gassata ghiacciata e un pizzico di sale, poi, poco per volta e sempre mescolando, unite la farina.
- **4** Immergete i sandwich di pomodoro, pochi alla volta, nella pastella, poi friggeteli in abbondante olio ben caldo, finché saranno dorati. Sgocciolateli asciugateli con carta da cucina, salateli e serviteli subito.

FACILE

● Preparazione 20 minuti + riposo
● Cottura 10 minuti ● 325 cal/porzione

TORTA DI RISO GRATINATA

PER 4 PERSONE

250 g di pomodori mini San Marzano - 200 g di riso Padano - 150 g di emmentaler - 4 uova - 25 g di grana grattugiato - 30 g di pangrattato - origano - basilico - 200 g di ricotta - burro - sale - pepe

- **1** Tagliate a metà i pomodori, eliminate i semi, salateli e poneteli su una gratella per farli sgocciolare bene. Sgusciate 2 uova e separate albumi e tuorli. Lessate il riso in abbondante acqua bollente salata per 10 minuti, scolatelo, raffreddatelo sotto l'acqua corrente, riscolatelo e conditelo subito con l'emmentaler grattugiato e 2 albumi.
- **2** Foderate uno stampo rotondo a cerniera del diametro di circa 22 cm con carta da forno imburata, versatevi dentro il riso, formando sul fondo e sulle pareti uno strato uniforme. Ponete lo stampo in forno a 200° per circa 15-20 minuti.
- **3** Mettete il grana e 25 g di pangrattato in una ciotola, unitevi un pizzico di origano, 5-6 foglie di basilico tritate, un pizzico di sale e una macinata di pepe, asciugate l'interno dei pomodori con carta da cucina e cospargeteli con il composto preparato. Lavorate la ricotta con le 2 uova intere sgusciate e i 2 tuorli rimasti e insaporite il composto con sale e pepe.
- **4** Trascorso il tempo indicato, togliete lo stampo dal forno e versatevi dentro il composto di uova e ricotta, livellatelo bene, disponetevi sopra i pomodorini, affondandoli leggermente nel composto, spolverizzate con il pangrattato rimasto e infornate ancora a 200° per 20 minuti.

FACILISSIMA

● Preparazione 20 minuti ● Cottura 52 minuti ● 515 cal/porzione

Piatto CoinCasa,
tovagliolo Society,
ciotole Zara Home e JV
Store. A sinistra in alto:
piatto JV Store,
canovaccio Zara Home.
A sinistra: piatto e
ciotola Nella Longari,
cucchiolo Alessi,
bicchiere Ichendorf,
tovagliolo Society.
Indirizzi a pagina 6

SORBETTO AL BLOODY MARY

PER 4 PERSONE

1,2 kg di pomodori perini maturi - 1 dl di succo di lime - 1 cucchiaino di Tabasco - salsa Worcestershire - alicette marinate - 1 costola di sedano - 75 g di zucchero - vodka - sale - pepe

- **1** Sbollentate i pomodori per qualche istante in acqua bollente, scolateli, spellateli, frullateli e passateli al passaverdure munito di un disco a fori piccoli (dovrete ottenere circa 600 g di succo). Portate a ebollizione 75 g di acqua con lo zucchero, lasciate sobbollire, fino a ottenere uno sciroppo, spegnete il fuoco e lasciate raffreddare.
- **2** Mettete il succo di pomodoro in una ciotola, unite lo sciroppo, 6 cucchiaini di vodka, il succo di lime, il Tabasco, qualche goccia di salsa Worcestershire e una macinata di pepe; mescolate bene e, se possedete una gelatiera, trasferitevi il composto e procedete come indicato nelle istruzioni, fino a ottenere il sorbetto. Se non la possedete, ponete il preparato in un contenitore a chiusura ermetica e mettetelo in freezer per 1 ora. Togliete dal freezer, mescolate e rimettere nel freezer per un'altra ora. Ripetete il passaggio ancora due volte.
- **3** Arrotolate le alicette attorno ai gambi di sedano puliti. Suddividete il sorbetto in 4 bicchieri ghiacciati e servitelo, accompagnandolo con spiedini di sedano. Spruzzate, a piacere, il sorbetto con vodka ghiacciata.

FACILE

- Preparazione 15 minuti + il riposo ● Cottura 2 minuti ● 145 cal/porzione

CAKE CON CONCASSÉ AROMATICA

PER 4 PERSONE

250 g di farina - 300 g di pomodorini cherry - 400 g di pomodori ramati - 100 g di pomodorini secchi sott'olio - 100 g di parmigiano grattugiato - 6 uova - 1 bustina di lievito per torte salate - 4-5 cucchiaini di panna fresca - 110 g di burro - finocchietto selvatico - 1 cucchiaino di semi di finocchio - 1 spicchio di aglio - 4 cucchiaini di olio - sale - pepe

- **1** Battete le uova in una ciotola con 80 g di burro fuso, la farina setacciata con il lievito, la panna, i pomodorini secchi sgocciolati e tagliati a filetti, 90 g di parmigiano grattugiato e i semi di finocchio. Insaporite il composto con sale e abbondante pepe.
- **2** Foderate uno stampo rettangolare di circa 25x11 cm con carta da forno imburata con il burro rimasto, trasferitevi il composto, affondatevi leggermente i pomodorini cherry lavati e asciugati, spolverizzate con il parmigiano rimasto, coprite lo stampo e mettetelo in forno a 200° per circa 45 minuti; scopritelo e proseguite la cottura per 10-15 minuti.
- **3** Mettete in una casseruolina l'olio con lo spicchio di aglio affettato e 2 ciuffi di finocchietto tagliuzzato, unite un pizzico di sale e pepe e scaldate a fuoco dolce per 10 minuti.
- **4** Scottate i pomodori ramati in acqua bollente, scolateli e privateli della pelle e dei semi, tagliateli a tocchetti e metteteli in una ciotola con l'olio preparato, mescolate e lasciate insaporire.
- **5** Sfornate il tortino e servitelo tiepido con la concassé di pomodori preparata.

FACILE

- Preparazione 20 minuti + il riposo ● Cottura 55 minuti ● 515 cal/porzione



TARTARE CON RUCOLA, SEPPIE E OLIO CON NOCCIOLE E VANIGLIA

PER 4 PERSONE

600 g di pomodori insalatari - 600 g di seppie pulite - 100 g di rucola
- 50 g di nocciole - 1/2 baccello di vaniglia - 6 cucchiaini di olio extravergine di oliva - sale - pepe

- **1** Fate tostare le nocciole in un tegame antiaderente senza alcun condimento, poi tritatele e mettetele in una casseruolina l'olio, un pizzico di sale, una macinata di pepe e il baccello di vaniglia inciso. Fate insaporire l'infuso a fuoco dolce per 20 minuti, lasciatelo raffreddare e filtratelo attraverso una garza.
- **2** Lavate le seppie e lessatele in acqua bollente leggermente salata per 2-3 minuti, scolatele, fatele raffreddare e tagliatele a dadini. Pulite, lavate e tagliate a dadini i pomodori; pulite, lavate e tritate grossolanamente la rucola.
- **3** Mettete un coppapasta su un piatto, distribuitevi dentro un quarto delle seppie e un poco di rucola; condite con un filo dell'olio preparato e completate con i pomodori e un altro ciuffetto di rucola. Insaporite ancora con un filo d'olio e una macinata di pepe e sfilate il coppapasta. Procedete allo stesso modo per preparare altre tre porzioni e servite.

FACILISSIMA

● Preparazione 25 minuti ● Cottura 23 minuti ● 355 cal/porzione

Forchetta Zara Home,
tovagliolo Society, piatto
La Rinascente. A sinistra
in alto: ciotola La
Porcellana Bianca,
cucchiaino Bitossi
Home. A sinistra:
bicchieri Bormioli
Rocco, tessuto Society.
Indirizzi a pagina 6

IL TOCCO IN PIÙ



Pasta d'acciughe

UNA RISERVA DI SAPORE TUTTA ITALIANA INVENTATA
NELL'OTTOCENTO. NE BASTA UNA SOLA PUNTA PER
RENDERE INIMITABILI VERDURE, SUGHI, CARNE E PESCE

a cura di Alessandro Gnocchi, testo di Mariarosa Schiaffino,
ricette di Claudia Compagni, foto di Alkèmia, stylist Stefania Aledi

L'inventore della pasta d'acciughe ha nome e cognome, quello quanto mai appropriato di Cesare Balena, che, intorno al 1850, trasformò in un prodotto pronto una preparazione antichissima, che consisteva nello sminuzzare le acciughe salate, tritarle o pestarle con olio, in modo da utilizzarle in mille occasioni. Aveva appreso l'arte della salagione nelle isole dell'arcipelago toscano e il suo spirito imprenditoriale, portato avanti dal figlio con successo, fece il resto. La sua pasta, un composto morbido, omogeneo, privo di grumi o di parti liscose, sempre disponibile perché chiuso in un tubo metallico, ebbe fortuna anche per quel nome, Balena, e una commercializzazione intelligente.

Ancora oggi la pasta Balena, che si produce a Peretola, in quel di Firenze, è un prodotto di eccellenza; ma altri sono entrati sul mercato perché la pasta d'acciughe è uno di quei piccoli sussidi della cucina dei quali è difficile fare a meno.

In effetti, il sapore dell'acciuga si accompagna a una gamma di altri sapori esaltandoli naturalmente. In particolare, i tipici piatti mediterranei. Sta benissimo col pomodoro e quindi con tutti i suoi sughi, è perfetto con le verdure crude e cotte, soprattutto con i cavoli e le foglie amare, dai broccoli al cavolo cappuccio, dalle puntarelle di cicoria all'indivia. Ma anche con ortaggi dolci: provatela con le carote!

> segue a pag. 65

Piatto MV% Ceramics Design,
tessuto Silva Milano.
Nell'altra pagina, piatto Alessi,
ciotolina Bormioli Rocco.
Indirizzi a pagina 6

**Involtini
di peperone
e pecorino, pag. 64**





Quiche con fiori di zucca e crescenza

INVOLTINI DI PEPERONE E PECORINO

PER 4 PERSONE

1 peperone giallo - 1 peperone rosso - 50 g di pecorino semistagionato - 1 mazzetto di erba cipollina - pasta d'acciughe - olio extravergine d'oliva

- **1** Lavate e asciugate i peperoni, spennellateli con un filo d'olio, disponeteli sulla teglia rivestita con carta da forno e abbrustoliteli sotto il grill, rigirandoli su tutti i lati.
- **2** Trasferiteli in una ciotola, copriteli con un foglio di stagnola e fateli raffreddare. Pelateli, divideteli in due parti, eliminate i semi e le parti bianche, poi tagliateli a falde larghe circa 3 cm e poneteli ad asciugare su fogli di carta assorbente da cucina.
- **3** Tagliate il pecorino a barrette lunghe circa 4 cm. Lavate, asciugate

e tagliuzzate l'erba cipollina; spalmate le falde di peperone con un velo di pasta d'acciughe, cospargeteli con l'erba cipollina appena preparata, arrotolateli intorno a una barretta di formaggio e servite con un filo d'olio.

FACILE

- Preparazione 20 minuti
- Cottura 6 minuti ● 145 cal/porzione

QUICHE CON FIORI DI ZUCCA E CRESCENZA

PER 6 PERSONE

una confezione di pasta brisée pronta - 100 g di crescenza - 16 fiori di zucca - 2 uova - 4 cucchiaini rasi di pasta d'acciughe - sale

- **1** Frullate nel mixer la crescenza con le uova e 1 pizzico di sale. Mondate i fiori di zucca, eliminate il pistillo e il gambo; tenetene da parte

4 interi e tagliate gli altri a striscioline. Unite questi ultimi al composto di crescenza e uova e mescolate.

- **2** Srotolate la pasta brisée, stendetela leggermente, tagliatela in 4 rettangoli e rivestite 4 stampi antiaderenti di 6x10 cm di lato. Eliminate la pasta eccedente, bucherellate il fondo con i rebbi di una forchetta e spalmatelo con la pasta d'acciughe.
- **3** Versatevi sopra il composto di crescenza, completate con i fiori di zucca rimasti e cuocete nella parte bassa del forno a 180° per circa 30 minuti. Potete servire le quiche tiepide oppure fredde.

FACILE

- Preparazione 15 minuti
- Cottura 30 minuti ● 385 cal/porzione

ORATA AL FORNO CON BAGNA DI ACCIUGHE E PATATE

PER 4 PERSONE

4 orate da circa 300 g pulite e squamate - 4 patate medie - 1 cucchiaio di pasta d'acciughe - 1 mazzetto di timo - 1 piccolo spicchio d'aglio fresco - 1 bicchiere scarso di vino bianco - olio extravergine d'oliva - olio per friggere - sale

- **1** Sciacquate le orate sotto l'acqua corrente, poi asciugatele delicatamente con carta da forno e incidetele sui due lati con 5 tagli profondi in diagonale.
- **2** Sbucciate l'aglio e tritatelo finemente con 3-4 rametti di timo. Trasferite il trito in una ciotolina e mecolatelo con la pasta di acciughe; distribuite il composto ottenuto nei tagli praticati sul fianco dei pesci. Trasferite le orate in una teglia, bagnatele con il vino e 4-5 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva e cuocetele per circa 15-20 minuti in forno a 200°.
- **3** Nel frattempo, pelate e lavate le patate, tagliatele a julienne, mettetele a mollo in acqua fredda, scolatele, asciugatele e friggetele in abbondante olio ben caldo per 2-3 minuti, fino a quando risultano dorate e croccanti. Scolatele con un ragno, salatele e servitele subito con il pesce.

FACILE

- Preparazione 20 minuti
- Cottura 25 minuti ● 420 cal/porzione

> segue da pag. 63

D'obbligo in pastasciutte mitiche come le orecchiette alle cime di rapa o gli spaghetti alla puttanesca, entra anche nell'osso-buco alla milanese insieme a buccia di limone e prezzemolo, per dargli quel delizioso tocco piccantino. Ma questa riserva di sapore è perfetta per vivacizzare i piatti più diversi: semplici involtini di peperoni e pecorino, sfiziose quiche che uniscono la delicatezza dei fiori zucca alla forza delle acciughe o, ancora, una più elaborata orata al forno.

Al connubio tra acciughe e olio, così ovvio per noi, si unisce

quello con il burro, classico della tavola nordica. Pane burro acciuga è una di quelle combinazioni che sembrano inventate per la pura gioia del palato. Naturalmente, il burro dev'essere di prim'ordine. La pasta d'acciughe industriale si può arricchire con un tuorlo d'uovo sodo, un po' di mollica di pane imbevuta d'aceto e qualche capperi. Alcuni aggiungono l'aglio, altri i pinoli. Si passano gli ingredienti nel mortaio o si frullano fino ad avere un composto omogeneo che si può servire con dei crostini o con secondi di carne e pesce.

Orata al forno con bagna di acciughe e patate

Tessuto Silva Milano.
Nell'altra pagina,
piatto Asa Selection.
Indirizzi a pagina 6

Spaghetti all'amatriciana

O ALLA MATRICIANA, COME LI CHIAMANO
A ROMA, CHE LI HA ADOTTATI E
TRASFORMATI IN UN SUO PIATTO SIMBOLO

di Miriam Ferrari, in cucina Antonella Pavanello
foto di Michele Tabozzi

Racconta il famoso gastronomo Luigi Carnacina in una lettera all'altrettanto illustre, nonché suo carissimo amico ed esperto in materia, Luigi Veronelli: "...l'osteria dove, ancora garzoncello, lavoravo, era frequentata soprattutto dai portatori di vino dei Castelli, uomini di forte fisico e forte gusto che, scaricata la merce, chiedevano immancabilmente una libbra di spaghetti 'a matriciana' e un litro di vino....". Nessuno meglio di loro poteva apprezzare

questo piatto ricco di sostanza e succulento, inventato dai pastori di Amatrice, paese al nord della provincia di Rieti, e importato nell'urbe durante le loro peregrinazioni. La storia racconta che il merito della sua diffusione si deve anche a una donna coraggiosa, certa Anna De Angelis: partita da Amatrice con la sua "mappatela", un capace tascapane usato dai viandanti, che conteneva pasta fatta in casa ed essiccata, tranci di carne suina stagionata, cacio

> segue a pag. 68





LA PREPARAZIONE

PER 6 PERSONE

500 g di spaghetti medi - 125 g di guanciale - 400 g di pomodori perini San Marzano - 100 g di pecorino grattugiato
- 1 peperoncino rosso piccante - 1/2 bicchiere di vino bianco secco - olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Eliminate la cotenna tutt'intorno al guanciale e tagliatelo a dadini. Lavate i pomodori.
- **2** Versate in un tegame 1 cucchiaio di olio, unite i dadini di guanciale e fateli rosolare finché sono croccanti.
- **3** Unite il peperoncino, bagnate con il vino bianco, alzate la fiamma e fatelo evaporare; scolate i dadini di guanciale su un piatto e teneteli in caldo.
- **4** Incidete i pomodori nel senso della lunghezza, scottateli in acqua in ebollizione per pochi istanti, scolateli, sbucciateli, eliminate i semi e tagliateli a filetti.
- **5** Unite i pomodori nella padella dove avete rosolato il guanciale, salate poco e cuocete la salsa per una decina di minuti.
- **6** Rimettete nella padella i dadini di guanciale, mescolate, regolate di sale e, dopo un paio di minuti, togliete dal fuoco.
- **7** Nel frattempo portate a ebollizione nella pentola della pasta abbondante acqua, salatela, immergetevi gli spaghetti e cuoceteli al dente; trasferiteli in una ciotola calda e spolverizzateli con metà del pecorino.
- **8** Condite gli spaghetti con la salsa, mescolate ancora e servite passando a parte il restante pecorino. Se preferite, potete condire gli spaghetti anche direttamente nella padella con la salsa, lasciandoli mantecare bene e aggiungendo il pecorino fuori dal fuoco.



BERE GIUSTO

L'accostamento con la pasta all'amatriciana, se in inverno evoca un rosso giovane e corroborante, nel cuore dell'estate richiede un vino più spigliato, dotato sempre di un'intensa rusticità affiancata da una peculiare freschezza. Lo Spumante brut di Marco Carpineti è ottenuto nell'agro di Cori, nel cuore del Lazio, da uve indigene che sentono vicini i sughi della tradizione romana e ne mettono in luce la verace fragranza.



I SUGGERIMENTI DI SALE&PEPE

Vi segnaliamo alcuni locali che propongono, tra le tante specialità anche questo piatto.

RISTORANTE LO SCOIATTOLO

Via Ponte Tre Occhi Sud km 1,5, Amatrice (Ri), tel. 0746 825086.

In questo chalet ristorante annesso alla struttura sportiva di un villaggio vacanze, in estate si pranza all'aperto: scelta obbligata gli autoctoni spaghetti all'amatriciana, ma anche quelli alla carbonara o alla

> segue da pag. 66

pecorino ed erbe di campo, arrivò in città in prossimità della stazione e incominciò a preparare con mezzi molto modesti l'originaria versione di pasta all'amatriciana: i primi ad apprezzarla furono gli ortolani di passaggio a cui si aggiunsero ben presto molti cittadini, entusiasti di quei buoni sapori di campagna. E nonostante i "matriciani", come del resto tutti gli estranei alla città, non fossero guardati di buon occhio dai romani (si usava dire "è arrivato un tipo strano che pareva un matriciano"), questa specialità si guadagnò in men che non si dica il consenso di tutti i buongustai. Nel tempo poi si è aggiunto il pomodoro, e l'amatriciana è stata ribattezzata "il piatto delle 5 P": pasta, pancetta, pomodoro, peperoncino, pecorino. Dove pancetta sta per guanciale, l'ingrediente che più di tutti lo connota e che si ottiene dalla guancia del maiale stagionata e insaporita con un particolare mix di spezie.

Viva la differenza

A proposito di guanciale, torniamo al mitico Carnacina, per non citare altri insigni gastronomi, che riguardo l'annosa disputa se utilizzare per questo piatto pancetta e guanciale, sceglieva il secondo, sentenziando "...c'è, non bastasse il fatto regionale, una ragione tecnica: il guanciale, carne soda, sotto i denti sfrigola e si spezzetta, la pancetta è molle, si stira e qui è gommosa" e aggiunge anche un consiglio "...deve essere ben magro, a pezzetti piuttosto grossi e ben rosolati". E anche se molti ristoratori azzardano varianti e tocchi personali per arricchire e diversificare il piatto, su un punto sembrano tutti d'accordo: il guanciale non si tocca.

gricia ben rappresentano le prelibatezze locali.

RISTORANTE L'OSTE DELLA BON'ORA

Via Vittorio Veneto 133, Grottaferrata (Rm), tel. 06 9413778.

Locale familiare che punta sulla cucina del territorio senza rinunciare a un tocco di creatività. Tra i piatti tipici spicca l'amatriciana, anche questa presentata in modo inconsueto e coreografico: in una cornucopia di pecorino romano dop.

TRATTORIA LA TAVERNACCIA

Via Giovanni da Castel Bolognese 63, Roma Trastevere, tel. 06 5812792. Sempre disponibili i classici piatti capitolini come l'amatriciana, che qui sceglie secondi i gusti dei clienti, bucatini o rigatoni.

GIULIO PANE E OJO

Via Ludovico Muratori 10, Milano, tel. 02 5456189. Un angolo di Roma nel cuore di Milano dall'atmosfera allegra e conviviale, dove l'immane amatriciana si serve fino a mezzanotte.



PAROLA DI ESPERTO

Risponde alle nostre curiosità Mauro Crisciotti, alla guida e ai fornelli del ristorante La Matriciana di Roma, insieme al fratello Fabio, in sala, e a papà Fortunato (tel. 06 4881775). Il ristorante, nato come modesta osteria nel 1870, oggi fa parte dell'Associazione Locali Storici d'Italia ed è la meta ambita di tutti gli amanti della vera amatriciana.

È importante utilizzare il guanciale invece della pancetta? Sì, perché la guancia del maiale, da cui si ricava, ha una struttura sia di grasso che di magro più consistente, più compatta ed è quindi più saporita.

Per la salsa meglio il pomodoro fresco o la passata?

Preferisco la passata, più gradita ai nostri ospiti, anche perché "avvolge" meglio la pasta.

Il passaggio finale della sua ricetta è il salto in padella. Qual è il segreto per una perfetta mantecatura?

Non ci sono segreti, ma solo qualche piccolo accorgimento: far evaporare bene l'acqua di vegetazione del pomodoro per togliere l'acidità, scolare la pasta qualche minuto prima della cottura "al dente" e finire di cuocerla nella padella con il sugo unendo, se necessario per mantenerla morbida, un po' della sua acqua di cottura. Importante poi aggiungere il pecorino solo alla fine, a fuoco spento.

Tortelli di melanzane con fave di cacao

DELIZIOSA PASTA FRESCA RIPIENA PER L'ESTATE.
DA CONDIRE CON UN SUGO SEMPLICE DI POMODORINI
E BASILICO E UN TOCCO SEGRETO DA VERO CHEF

di Simone Rugiati, a cura di Monica Sartoni Cesari, foto di Felice Scoccimarro

SIMONE RUGIATI

Cuoco, conduttore televisivo, autore di numerosi libri di cucina. Le sue grandi capacità creative e la sua naturale simpatia ne fanno uno dei più noti chef del momento.



TORTELLI DI MELANZANE CON POMODORINI E FAVE DI CACAO

PER 4 PERSONE

Per i tortelli: 210 g di farina 00 - 90 g di semola di grano duro rimacinata - 4 uova - 2 melanzane - 50 g di pecorino - basilico - sale, pepe

Per la salsa: 500 g di pomodorini ciliegia - mezza cipolla - 2 filetti di acciughe sott'olio - 20 g di fave di cacao (nelle migliori drogherie o negozi di ingredienti per pasticceria) - basilico fresco - olio extravergine di oliva - sale, pepe

● **1** Per i tortelli, miscelate la farina e la semola con le uova. Iniziate a impastare; poi trasferite il composto su una spianatoia e lavoratelo, fino a ottenere una pasta liscia. Se l'avete, potete usare l'impastatrice con il gancio per pasta fresca. Formate una palla, avvolgetela in pellicola trasparente e fate riposare per un'ora.

● **2** Intanto adagiate le melanzane sulla fiamma viva del fornello e fate bruciare la pelle uniformemente, girandole spesso. Avvolgetele in fogli di alluminio e cuocete in forno già caldo a 180° - 200° per circa 30 minuti, finché saranno tenere. Fatele raffreddare, tagliatele a metà, nel senso della lunghezza e stendete la polpa su più fogli sovrapposti di carta da cucina, per eliminare il liquido.

● **3** Trasferite la polpa ben asciutta in una ciotola, schiacciatela con una forchetta e unite foglie di basilico spezzettate, il pecorino grattugiato, sale e pepe.

● **4** Tritate la cipolla e rosolatela in una padella con un filo d'olio e i 2 filetti di acciughe. Aggiungete i pomodorini tagliati a metà, cuoceteli a fuoco vivo, in modo che il liquido evapori; salate e pepate.

● **5** Stendete sottile un quarto della pasta con l'apposita macchina, passandola dalla tacca più larga alla penultima più sottile. Trasferitela sulla spianatoia e tagliatela a metà, in modo da ottenere 2 rettangoli.

● **6** Distribuite su uno dei rettangoli il ripieno a mucchietti, tenendoli distanziati fra di loro e spennellate intorno con poca acqua. Sovrapponete l'altro rettangolo di pasta, premete intorno, ricavate tortelli quadrati con una rotella e sistemateli su carta da forno, senza sovrapporli. Procedete allo stesso modo con il resto della pasta e del ripieno.

● **7** Lessate i tortelli in acqua salata a leggero bollore. Dopo qualche minuto, sgocciolateli con un mestolo forato e trasferiteli nella padella con i pomodorini, basilico spezzettato e fave di cacao grattugiate.

FACILE

- Preparazione 45 minuti + il riposo
- Cottura 1 ora e 10 minuti
- 400 cal/porzione



CENARE INSIEME HA UN GUSTO UNICO.
ANCHE QUANDO IL BUDGET È PICCINO.



7



Non vi resta
che aggiungere
un rinfrescante
bicchiere di
Coca-Cola,
scegliete quella
che fa per voi.

Coca-Cola, Coca-Cola Zero e Coca-Cola light:
scegli quella che si adatta alla tua alimentazione
bilanciata e al tuo stile di vita attivo e sano.

**Guarda questa videoricetta e tante altre
su [Youtube.com/CeniamolInsieme](https://www.youtube.com/CeniamolInsieme)**

Coca-Cola, Coca-Cola Zero, Coca-Cola light e la bottiglia contour sono marchi registrati della The Coca-Cola Company. Coca-Cola Zero e Coca-Cola light sono bevande analcoliche senza zuccheri.

Il pescato del giorno

PREPARAZIONI SEMPLICI, COTTURE GENTILI E PICCOLI
TOCCHI SFIZIOSI PER ESALTARE LA NATURA DEL PESCE
FRESCO E SENTIRE TUTTO IL SAPORE DEL MARE

a cura di Cristiana Cassé, ricette del ristorante Da Vittorio di Porto Palo di Menfi,
foto di Bianca Puleo, styling di Alessandro Pasinelli Studio, scelta dei vini di Sandro Sangiorgi





SPAGHETTI AI GAMBERETTI E PISTACCHI TRITATI

PER 4 PERSONE

400 g di spaghetti - 400 g di gamberetti sgusciati
- 100 g di pistacchi sgusciati - 1 spicchio d'aglio
- olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Tritate i pistacchi finemente. Scaldate 8 cucchiaini di olio in una padella. Aggiungete i gamberetti e lasciate insaporire per qualche istante a fiamma viva mescolando. Aggiungete metà dei pistacchi, proseguite la cottura per pochi secondi e spegnete il fuoco.
- **2** Lessate gli spaghetti in abbondante acqua salata, scolateli al dente e uniteli al sugo. Spadellateli brevemente a fiamma vivace, distribuiteli nei piatti e cospargete con i pistacchi rimasti.

FACILISSIMA

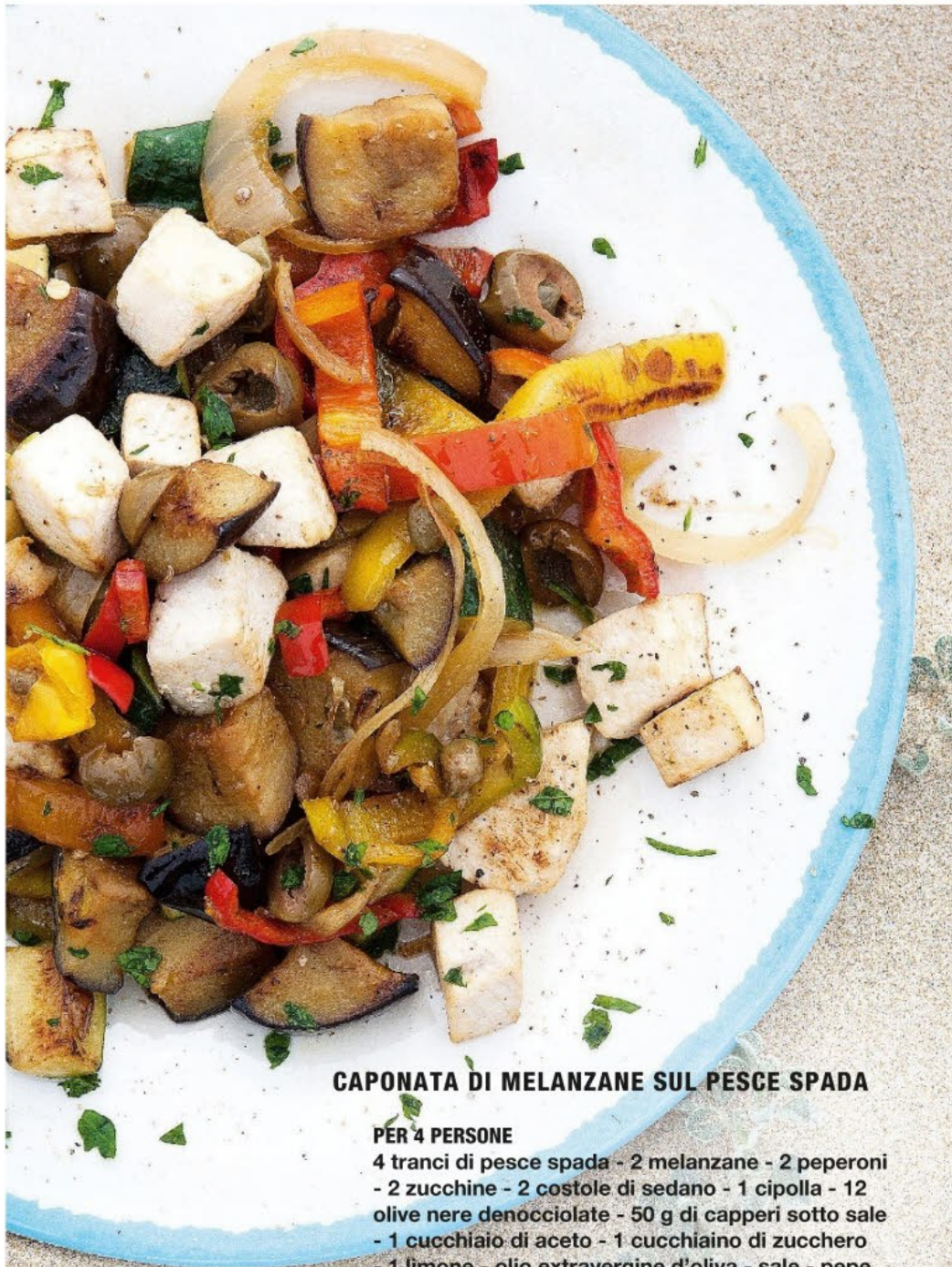
● Preparazione 5 minuti ● Cottura 20 minuti ● 670 cal/porzione

BERE GIUSTO

L'aroma gentile di un Etna bianco sposa la dolcezza dei gamberetti e lascia spazio al profumo dei pistacchi.



Piatto Unitable, forchetta
e canovaccio Variopinte.
Indirizzi a pagina 6



CAPONATA DI MELANZANE SUL PESCE SPADA

PER 4 PERSONE

4 tranci di pesce spada - 2 melanzane - 2 peperoni
- 2 zucchine - 2 costole di sedano - 1 cipolla - 12
olive nere denocciolate - 50 g di capperi sotto sale
- 1 cucchiaio di aceto - 1 cucchiaino di zucchero
- 1 limone - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Fate marinare il pesce in un'emulsione di olio, limone, sale e pepe. Soffriggete la cipolla affettata in 1 cucchiaio di olio per 8 minuti, unite il sedano a tocchetti, le olive e i capperi sciacquati e strizzati.
- **2** Proseguite la cottura per 10 minuti, quindi aggiungete i peperoni a listarelle e, dopo qualche minuto, le zucchine a cubetti. Infine, unite le melanzane a dadini.
- **3** Cuocete ancora per 10 minuti, unite l'aceto in cui avrete sciolto lo zucchero e portate a cottura (15 minuti circa). Servite le fette di spada sgocciolate con sopra la caponata tiepida.

FACILE

● Preparazione 20 minuti ● Cottura 50 minuti ● 320 cal/porzione

BERE GIUSTO

È un fervido e sanguigno Nero d'Avola orientale il rosso adatto alla fibra del pesce e alla carnosa sapidità delle melanzane.



GAMBERI CRUDI MARINATI

PER 4 PERSONE

800 g di gamberi rossi freschi - 1 limone - 1 ciuffo di menta (facoltativo) - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** Sgusciate i gamberi lasciando attaccata la testa e disponeteli in un'insalatiera. Spremete il limone in una tazza e sbattetelo con una forchetta facendo colare olio a filo (nella stessa quantità del limone). Quindi salate l'emulsione, aggiungete una macinata di pepe e, se vi piace, unite qualche foglia di menta.
- **2** Versate la marinata sui gamberi, coprite il contenitore con pellicola per alimenti e riponete in frigo per mezz'ora.
- **3** Prelevate i gamberi, disponeteli su un piatto, irrorateli con la marinata rimasta nel contenitore e decorate il piatto a piacere con limone o foglie di menta. Servite subito.

FACILISIMA

● Prep. 30 minuti ● Riposo in frigo 30 minuti ● 500 cal/porzione

BERE GIUSTO

Su questa ricetta di tenore acido, dove i gamberi subiscono una "cottura" al limone, nulla è meglio dell'acqua fresca.



Piatto Richard Ginori,
canovaccio Variopinte.
Nella pagina accanto,
piatto Mariolucagiusti.
Indirizzi a pagina 6

FRITTO MISTO

PER 4 PERSONE

1 chilo di pesce da frittura (gamberi, totani, pescetti misti) - 100 g di farina - olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Lavate il pesce e asciugatelo tamponandolo con carta da cucina. Separate i tentacoli dei totani dalle sacche e riducete queste ultime ad anelli. Quindi infarinare tutti i pesci e scuoteteli leggermente per eliminare la farina in eccesso.
- **2** Scaldate abbondante olio in una larga padella e friggetevi il pesce fino a completa doratura: per ottenere una frittura croccante aggiungete i pesci in padella a piccole manciate, in modo che tra l'una e l'altra l'olio faccia in tempo a riprendere calore; inoltre i pesci devono friggere senza sovrapporsi, se la padella non è abbastanza grande, eseguite la frittura in 2 tempi.
- **3** Prelevate il fritto con una paletta forata, disponetelo ad asciugare su carta da cucina, salatelo e servite subito.

FACILE

● Preparazione 20 minuti ● Cottura 10 minuti ● 285 cal/porzione

BERE GIUSTO

La croccante fragranza del fritto e la diversità dei pesci sono custodite da uno spigliato e versatile Catarratto di Marsala.

SAPORI DI SICILIA

Le ricette di questo servizio sono state realizzate per noi dal mitico Vittorio, dell'omonimo ristorante di Porto Palo di Menfi (in provincia di Agrigento). Un personaggio che richiama avventori da tutta la Sicilia, un grande cuoco rinomato per la cucina squisitamente mediterranea e il pesce freschissimo in arrivo ogni mattina dal vicino porto di Sciacca. Il tutto arricchito da produzioni locali d'eccellenza e servito in una sala dalle grandi vetrate o direttamente in veranda sul mare (www.ristorantevittorio.it).





SARDE A BECCAFICO

PER 4 PERSONE

800 g di sarde fresche - 6 acciughe sotto sale
- 100 g di pangrattato - 50 g di pecorino - 50 g
di pinoli - 50 g di uvetta - 1 mazzetto di prezzemolo
- una decina foglie di alloro - 1 arancia - olio
extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Pulite le sarde eliminando le interiora, la testa e la lisca.

Lavatele e tamponatele con carta da cucina. Fate dorare il pangrattato in padella con mezzo bicchiere di olio, quindi mescolatelo con 1 cucchiaino di prezzemolo tritato, il pecorino, i pinoli, l'uvetta ammollata in acqua tiepida e strizzata, le acciughe dissalate, diliscate e spezzettate, poco sale e una macinata di pepe.

● **2** Accoppiate le sarde a sandwich farcedole con il mix preparato (tenetene da parte un po'), allineatele su una teglia oliata e disponete 1 foglia di alloro tra l'una e l'altra. Salate leggermente, irrorate con un filo d'olio e cospargete con il mix di pangrattato avanzato.

● **3** Cuocete in forno caldo a 180° per 30 minuti. Spruzzate le sarde con un po' di succo dell'arancia e servite.

FACILE

● Preparazione 40 minuti ● Cottura 35 minuti ● 515 cal/porzione

BERE GIUSTO

La densità delle sarde e la ricchezza del condimento evocano il carattere marino e voluttuoso di un Cerasuolo di Vittoria.

LUMACHINE DI MARE IN UMIDO

PER 4 PERSONE

1 kg di lumachine di mare - 1 cipolla - 1 spicchio di aglio - un pezzetto di peperoncino piccante - 1 bicchiere di vino bianco secco - 400 g di passata di pomodoro rustica - 1 cucchiaio di prezzemolo tritato - olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Lavare più volte le lumachine, mettetele in una pentola colma d'acqua leggermente salata e portate a bollore. Schiumate ripetutamente l'acqua con una schiumarola, scolate le lumachine, risciacquatele di nuovo sotto l'acqua corrente e sgocciolatele bene.
- **2** Rosolate in 5 cucchiai di olio la cipolla e l'aglio tritati e il peperoncino. Aggiungete le lumachine, fatele insaporire per qualche minuto, sfumate con il vino e unite la passata.
- **3** Mescolate e proseguite la cottura a fuoco dolce per 30 minuti: se la salsa si addensa troppo, aggiungete qualche cucchiaio di acqua. Regolate di sale prima di togliere dal fuoco e spolverizzate con il prezzemolo.

FACILE

● Preparazione 15 minuti ● Cottura 45 minuti ● 590 cal/porzione

BERE GIUSTO

Il messinese Faro, in versione Rosato, ha energia e calore per governare un cibo non grasso cucinato in modo succulento.



Piatto Bellini Sara, tessuto
Christian Fischbacher.
Indirizzi a pagina 6

Far dolci è... creatività!



Chi fa dolci il ciel l'aiuta.

Guarnizioni per dolci PANEANGELI.

Creatività è aggiungere il tuo tocco speciale anche ai dolci più semplici.

*Per questo **PANEANGELI** è al tuo fianco da oltre ottant'anni.*



BUONE LETTURE

SCELTE CON PASSIONE PER ESSERE DIVORATE

di Francesca Tagliabue



CUCINARE È UN GIOCO

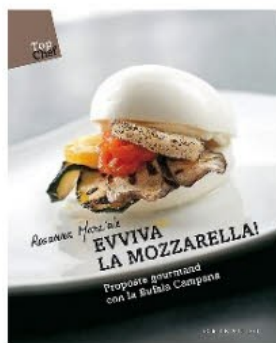
Le ricette semplici e mai banali di Mr. Alloro di Sergio Barzetti, Mondadori Editore, a 15 €

Il maestro di cucina della "Prova del cuoco", alias Mister Alloro, chef e studioso delle materie prime, presenta un vero e proprio corso per principianti. Il testo insegna a cucinare partendo dalle basi, spiegandole bene e senza complicazioni: una guida utile per preparare i numerosi piatti raccolti nel libro: mai banali e facili da realizzare.

EVVIVA LA MOZZARELLA!

Proposte gourmand con la Bufala Campana, Rosanna Marziale, Gribaudo Editore, a 16,90 €

È il primo titolo di una nuova collana, ben fatta e dal prezzo accessibile, che vede uno chef stellato, diverso ogni volta, interpretare un tema gastronomico a lui (o lei, come in questo caso) caro. Il volume è firmato da Rosanna Marziale, chef e Ambasciatore della Mozzarella di Bufala nel mondo per il Consorzio di Tutela della Dop.

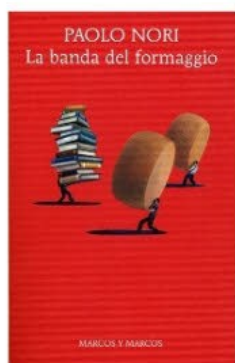


IL LIBRO DEL MESE

Un inno al pesce crudo, firmato Catherine Moreau, nota food writer parigina. Servito come tartara o in insalata; marinato, arrotondato e anche spalmato sotto forma di morbida creme, il pesce crudo prende diverse forme ma non cambia la gustosa sostanza. Dall'ormai onnipresente sushi giapponese al ceviche peruviano, dal gravlax del Nord Europa al carpaccio finissimo delle nostre parti, il mare a crudo è protagonista indiscusso dei piatti eccellenti e invitanti da tutto il mondo.

CRUDO DI MARE

di Catherine Moreau, Bibliotheca Culinaria Editore, a 11,80 €



LA BANDA DEL FORMAGGIO

di Paolo Nori, Marcos y Marcos Edizioni, a 15 €

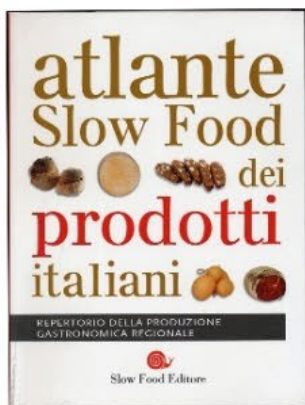
Non solo un romanzo, questo, ma tante microstorie che si intrecciano e si compongono, mentre i dettagli si fanno più chiari e i personaggi si relazionano sempre più. Il libro parla dell'Emilia, delle risate, delle cose e delle persone che cambiano e mutano. E il formaggio? Il Parmigiano Reggiano, naturalmente.



ATLANTE SLOW FOOD DEI PRODOTTI ITALIANI

REPERTORIO DELLA PRODUZIONE GASTRONOMICA REGIONALE, Slow Food Editore, a 22 €

Interessante guida da tenere sottomano, in un comodo formato. Regione per regione, riporta le schede e le curiosità dei prodotti tipici della tradizione gastronomica italiana. I territori del Bel Paese sono descritti nel dettaglio da testi esaustivi e illustrati da cartine particolareggiate. Ideale compagno per gite e viaggi durante la bella stagione.



“Ogni regione che si affaccia sul mare ha la sua specialità di pesce crudo... (il mare) riserva squisite sorprese ai fan del nudo e crudo”

Dalla presentazione dell'editore

Far dolci è... passione!



Chi fa dolci il ciel l'aiuta.

Dolceneve e Gelatina in fogli PANEANGELI.

È la passione che ti spinge a creare ogni volta un dolce diverso, a cui nessuno può resistere. Per questo **PANEANGELI** è al tuo fianco da oltre ottant'anni.



PUOI RISPARMIARE SU LUCE E GAS. VUOI?

Edison ti offre tante soluzioni
per la luce e il gas di casa.
Scopri l'offerta più adatta
alle tue esigenze.

**CHIAMA SUBITO IL NUMERO
VERDE O VISITA IL SITO.
PASSARE A EDISON È FACILE,
VELOCE, GRATUITO E NON
RICHIEDE INTERVENTI
SUI CONTATORI.**

edisoncasa.it

800 612 612

Numero Verde

24h su 24h • 7 giorni su 7



Alice delle meraviglie

LA CHEF DEL RISTORANTE ERBA BRUSCA
PREPARA PER NOI DUE PIATTI SOPRENDENTI.
COME TUTTA LA SUA CUCINA

di Miriam Ferrari, foto di Michele Tabozzi

Orto con cucina: già dall'insegna è chiara l'originalità di questo locale, ex locanda del '600 sulla sponda del Naviglio Pavese, con un dehors che lascia spazio a un bel giardino e, appunto, all'orto. Un'oasi di natura, subito fuori dal perimetro cittadino, che si trova su una roggia di acqua sorgiva, dove è ancora possibile trovare le fragoline selvatiche e, naturalmente, l'erba brusca, come è chiamata l'acetosella che impera qui con mille altri aromi di campagna. Alice Delcourt ne fa i protagonisti di specialità inconsuete, fresche e sempre stuzzicanti, insieme a polli di allevamento libero, maiali di cascina, pesce povero e sostenibile e altri prodotti rigorosamente biologici. Il rispetto della natura, percepibile anche negli arredi del locale, è il principio che anima la sua cucina. Insieme a passione, talento e creatività.



Tarte tatin con pomodori
passiti e melanzane
al forno pag.84

IN VIAGGIO ALLA CONQUISTA DELL'ECCELLENZA

Mamma inglese e papà francese ma cresciuta negli States, Alice Delcourt ha fatto le prime esperienze di cucina nel ristorante della nonna in Inghilterra, quindi come chef di bordo su una barca al largo di Panama, a cucinare prodotti del mare appena pescati. Poi l'apprendistato nelle prime grandi cucine, dal Lower East Side di New York all'Europa, soprattutto Londra, dove ha lavorato per un anno nel mitico ristorante River Café. Qui ha rinforzato la sua innata passione per una cucina legata al territorio e alla stagionalità. Quindi l'Italia, Piemonte, Sardegna e infine Milano, con collaborazioni in ristoranti importanti come il Liberty, il Park Hyatt, Alice e l'Osteria di Lambrate. Dopo 7 anni al fianco di importanti chef, grazie all'affinità elettiva con un gruppo di imprenditori, è riuscita ad aprire un ristorante che valorizzi la personalità della sua cucina. Info: www.erbabrusca.it.

TARTE TATIN CON POMODORI PASSITI E MELANZANE AL FORNO

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

9 pomodori perini - 2 melanzane grandi - 1 mazzetto di timo e di basilico - 2 spicchi d'aglio - olio extravergine d'oliva - poco zucchero - sale
per la pasta: 300 g di farina - 35 g di parmigiano reggiano grattugiato - 170 g di burro - 2 uova piccole - 1 cucchiaino di timo
per il caramello: 3 cucchiaini di zucchero - 10 g di burro - qualche goccia di limone
per accompagnare: stracciatella di burrata

- **1** Tagliate a metà per il lungo i pomodori e conditeli con foglioline di timo, l'aglio a fettine, un pizzico di sale, 2 cucchiaini di zucchero; metteteli su una teglia e infornateli a 100° per 4 ore, finché risulteranno leggermente appassiti.
- **2** Nel frattempo lavate le melanzane, tagliatele a rondelle alte circa 2 cm, cospargetele di sale e lasciatele riposare per un paio d'ore, finché avranno emesso l'acqua amarognola. Sciacquatele e asciugatele, mettetele su una placca foderata con carta da forno, conditele con olio, sale, basilico e cuocetele in forno a 190° per 15-20 minuti.
- **3** Preparate la pasta per la tatin: amalgamate la farina con il parmigiano, il timo e il burro freddo tagliato a cubetti, fino a ottenere un impasto a grosse briciole, unite le uova, impastate rapidamente, avvolgete la pasta in pellicola e fatela riposare in frigo per mezz'ora. Intanto preparate il caramello con lo zucchero, un cucchiaino di acqua e qualche goccia di limone, quando è abbastanza scuro toglietelo dal fuoco e incorporatevi il burro freddo, mescolando energicamente. Distribuite il caramello in 6 tegliette di 10 -12 cm, facendolo scorrere sul fondo.
- **4** Riprendete la pasta e stendetela in una sfoglia spessa circa 1/2 cm, poi tagliatela con un coppapasta in dischi dello stesso diametro delle tegliette.
- **5** Sistemate in ogni teglietta 3 mezzi pomodori, poi riempitele con le melanzane arrostiti.
- **6** Coprite ogni teglietta con un disco di pasta, facendolo scendere all'interno lungo i bordi.
- **7** Passate le tatin in forno a 170° per circa 15 minuti, finché la pasta sarà leggermente dorata, poi sfornatele.
- **8** Rovesciate le tatin ancora calde sui singoli piatti, guarnitele con basilico e servitele con la stracciatella.





RISOTTO CON CIPOLLE BRUCIATE, LIMONE E TIMO

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

400 g di riso Carnaroli - 3 piccole cipolle bionde -
1 litro di brodo leggero (di pollo o di verdure) -
50 g di burro - 1 limone non trattato - 50 g di
parmigiano grattugiato - olio extravergine d'oliva -
1 mazzetto di timo

- **1** Tagliate le cipolle a metà senza sbucciarle e sistematele, appoggiandole dalla parte tagliata, in una padella di ferro o di acciaio dal fondo pesante; cuocetele a fuoco basso, senza aggiungere condimenti.
- **2** Quando la superficie delle cipolle si presenta bruciata da una parte giratele e fatele scurire anche dall'altra parte. Unite un bicchiere di brodo caldo e portatele a cottura: all'interno dovranno risultare morbide.
- **3** Scaldate un filo d'olio in una casseruola, unite il riso e lasciatelo tostare leggermente, mescolando con un cucchiaio di legno.
- **4** Unite al riso un mestolo di brodo bollente e continuate la cottura aggiungendo man mano altro brodo: alla fine dovrete ottenere un risotto "all'onda".
- **5** Mentre il riso cuoce frullate le cipolle, compresa la buccia, quindi passatele attraverso un setaccio, schiacciando bene con una larga spatola e raccogliendo il passato in un piatto fondo.
- **6** Prima di togliere il risotto dal fuoco aggiungete la crema di cipolle, mescolando bene, poi incorporate, fuori dal fuoco, il burro a pezzetti e il parmigiano.
- **7** Distribuite il risotto nei piatti, grattugiatevi sopra la scorza di limone e guarnite con il timo.



Cioccolato d'estate

IL SUO TOCCO AVVOLGENTE CONQUISTA
ANCHE IN VERSIONE SOTTO ZERO. CON MOUSSE,
MERINGATE E DELIZIOSE COPPE GELATO

a cura di Marina Cella, ricette di Claudia Compagni,
foto di Luca Colombo/Studio XL, styling di Barbara Mantovani e Sissi Valassina

Teme il caldo e l'umidità ma non è vero che il cioccolato sia bandito durante la stagione estiva. Per chi non vuole rinunciare al suo gusto inimitabile, sono molte le preparazioni fredde per cui si può utilizzare. «Le più indicate sono sicuramente i gelati» dice il maître chocolatier chef Ernst Knam. «La tipologia è una questione di gusti, vanno bene il fondente, al latte o bianco. In alternativa, si può usare il cioccolato come copertura, per gelati sullo stecco oppure bon bon alla frutta, scegliendo gusti come il limone, il lime o altri agrumi. Infatti gli abbinamenti più riusciti con il cioccolato in versione estiva sono quelli con sapori acidi e freschi. Per esempio le fragole ghiacciate con quel-

lo bianco, la gelatina di lamponi con il fondente, il lime, limone e, se lo trovate, lo yuzu (limone giapponese molto aromatico) con tutti i tipi di cioccolato. Un'altra proposta che va bene per la stagione calda sono le crostate con la frutta fresca mentre le mousse, anche se leggere, sono più adatte per l'autunno-inverno. Nel caso non si voglia rinunciare, vanno servite appena tolte dal frigo, una delizia gelata che poi si scioglie in bocca». E per la conservazione del cioccolato? «In tavoletta o altro, va tenuto sempre in un luogo asciutto, senza sole, a una temperatura che non superi i 16 gradi. Se non è possibile, va bene anche il frigo purché chiuso in scatole ermetiche».

Piatto La Porcellana Bianca.
Nella pagina accanto:
piattino da Shop Saman,
cucchiaino Alessi,
tovaglia Society.
Indirizzi a pagina 6



MERINGATA EXTRABITTER ALL'UVETTA E PORTO BIANCO

PER 8 PERSONE

200 g di cioccolato extrabitter (60% di cacao) - 50 g di uvetta
- 1 bicchierino di Porto bianco - 2 uova - 2 tuorli - 100 g di zucchero
- 2,5 dl di panna fresca - 100 g di meringhe

- **1** Mettete a bagno l'uvetta con il Porto per 6 ore. Tritate finemente il cioccolato, trasferitelo in una bastardella e scioglietelo a bagnomaria facendo attenzione che il fondo del recipiente non tocchi l'acqua.
- **2** Montate i tuorli e le uova con lo zucchero fino a ottenere un composto molto gonfio e spumoso. Unite il cioccolato fuso e mescolate con una spatola con movimenti delicati dal basso verso l'alto per non smontare la preparazione.
- **3** Aggiungete l'uvetta scolata, la panna montata e le meringhe spezzettate. Versate il tutto in uno stampo dai bordi alti, di 18 cm di diametro, rivestito con carta da forno. Fate gelare in freezer per almeno 6-8 ore, sformate e servite.

FACILE

● Preparazione 20 minuti + riposo ● Cottura 5 minuti ● 551 cal/porzione



CREMOSO AL LATTE CON ZENZERO E MACEDONIA

PER 6 PERSONE

250 g di cioccolato al latte - 2,5 dl di panna fresca - 2,5 dl di latte - 5 tuorli - 1 cucchiaino colmo di zenzero in polvere - 5 g di gelatina - 1 pesca noce - 1 prugna rossa - fragoline di bosco

● **1** Mettete a bagno la gelatina in acqua fredda perché si ammorbidisca. Mescolate in una casseruola il latte con la panna, lo zenzero e i tuorli. ● **2** Cuocete il composto su fiamma bassa, mescolando in continuazione, finché la salsa vela il cucchiaino. ● **3** Unite la gelatina ammorbidita e strizzata. Mescolate con un cucchiaino di legno fino a che si è sciolta. ● **4** Montate gli ingredienti con un mixer a immersione per 2-3 minuti. ● **5** Filtrate il composto attraverso un colino a maglie fitte. ● **6** Tritate finemente il cioccolato con un coltello affilato. versatevi sopra a filo il composto precedente, in tre riprese. ● **7** Mescolate con una spatola finché il cioccolato si è sciolto e avete ottenuto una crema lucida. ● **8** Frullate nuovamente con un mixer a immersione. Versate il composto in 6 coppe di vetro e fate gelare in frigorifero. Nel frattempo lavate la frutta, affettate la pesca e la prugna. Togliete le coppe dal frigo, decoratele con le fragoline e la frutta tagliata e servite.

MEDIA ● Preparazione 20 minuti + riposo ● Cottura 10 minuti ● 445 cal/porzione





Coppe
da La Rinascente.
Indirizzi a pagina 6



PARFAIT DI GIANDUIA CON GELATINA AL CAFFÈ

PER 8 PERSONE

- 200 g di cioccolato gianduia
- 3 albumi - 100 g di zucchero
- 3 dl di panna fresca - 1 cucchiaio di chicchi di caffè - 3 dl di caffè
- 15 g di gelatina

● **1** Riunite gli albumi con 50 g di zucchero in una bastardella, trasferiteli in un bagnomaria e montateli con un paio di fruste elettriche, per 5-6 minuti, fino a che il composto è caldo. Levate la bastardella dal bagnomaria e continuate a montare fino a che il composto si è raffreddato.

● **2** Tritate finemente 180 g di cioccolato, scioglietelo a bagnomaria e lasciatelo intiepidire. Montate la panna fino a che inizia ad addensarsi, amalgamatela con delicatezza al cioccolato e agli albumi montati.

● **3** Unite i chicchi di caffè pestati e versate il tutto in uno stampo da plum cake o amor polenta di 22x8 cm, rivestito con carta da forno. Passate lo stampo in freezer per 5 ore.

● **4** Scaldare il caffè con lo zucchero rimasto; unite la gelatina ammorbidita in acqua fredda e strizzata e mescolate finché si scioglie. Versate il composto in una piccola teglia quadrata di 20 cm di lato e fate rapprendere in frigo.

● **5** Sfornate il semifreddo sul piatto da portata, decorate a piacere con il cioccolato rimasto e servitelo dopo 10 minuti con la gelatina tagliata a dadini.

MEDIA

- Preparazione 20 minuti + riposo
- Cottura 12 minuti ● 310 cal/porzione

Piatto Vista Alegre,
paletta dolce Alessi.
Nella pagina accanto:
piatto La Porcellana Bianca,
cucchiaini Nella Longari, sul
fondo ciotola in vetro Zara.
Indirizzi a pagina 6

MOUSSE BIANCA AL LIMONCELLO

PER 6 PERSONE

220 g di cioccolato bianco - 3 dl di panna fresca - 0,8 dl di limoncello
- 100 g di savoiardi morbidi - 10 g di gelatina in fogli - 2 limoni non trattati
- 100 g di zucchero - sale

- **1** Mettete a bagno la gelatina in acqua fredda. Tritate finemente il cioccolato, riunitelo in una bastardella con la panna e scaldare il tutto a bagnomaria, mescolando di tanto in tanto, fino a che il cioccolato si è sciolto. Scolate la gelatina e scioglietela in un pentolino con un cucchiaino scarso di acqua, unitela al composto precedente e mescolate.
- **2** Trasferite la bastardella in frigorifero e fate raffreddare fino a che la crema inizia ad addensarsi. Togliete dal frigo, versate il limoncello, unite un pizzico di sale e montate con le fruste elettriche fino a che il composto è gonfio e spumoso.
- **3** Disponete i savoiardi in un doppio strato sul fondo di uno stampo a cerniera di 16 cm di diametro rivestito con carta da forno. Versatevi sopra il composto preparato, livellate la superficie con un cucchiaino e ponete in frigo per 6-8 ore.
- **4** Nel frattempo prelevate la scorza dei limoni con un pelapatate e tagliatela a striscioline sottili. Riunite in una casseruola lo zucchero con 2 dl di acqua e portate a ebollizione. Aggiungete le scorze e cuocetele su fiamma bassa per circa 15 minuti. Spegnete il fuoco e fate raffreddare. Scolatele e fatele asciugare. Sformate il dolce, decorate con le scorzette e servite.

FACILE ● Preparazione 20 minuti + riposo ● Cottura 20 minuti
● 480 cal/porzione

STECCHI DI PANNA COTTA AI LAMPONI

PER 6 PERSONE

3 dl di panna fresca - 150 g di cioccolato bianco - 1,5 dl di latte
- 125 g di lamponi - 30 g di zucchero a velo - 20 g di gelatina
- 1 baccello di vaniglia

- **1** Mettete a bagno la gelatina in acqua fredda. Incidete la vaniglia nel senso della lunghezza, raschiate l'interno con un coltellino e trasferite i semi in una casseruola. Unite il latte e la panna e scaldate il composto su fiamma bassa.
- **2** Scolate e strizzate la gelatina e aggiungetela alla panna. Mescolate, levate la casseruola dal fuoco e unite il cioccolato bianco finemente tritato.
- **3** Frullate i lamponi con lo zucchero a velo e passateli attraverso un colino. Versate parte del composto di cioccolato in 6 bicchierini di vetro, anche di dimensioni diverse, alternandolo con la purea di lamponi.
- **4** Mettete i bicchierini in freezer. Quando la panna cotta inizia a rapprendersi, dopo circa 30 minuti, infilate 1 stecco di legno in ognuno e rimetteteli in freezer a gelare per almeno 6 ore. Toglieteli dal freezer, scaldateli leggermente, sfornate le panne cotte e lasciatele a temperatura ambiente per 20 minuti prima di servire.

FACILE

● Preparazione 25 minuti + riposo ● Cottura 10 minuti ● 330 cal/porzione



COPPE GHIACCIAE CON PESCHE E AMARETTI

PER 8 PERSONE

100 g di cioccolato fondente
- 6 tuorli - 1/2 litro di latte - 120 g
di zucchero - 2 cucchiaini di liquore
all'amaretto - 2 dl di panna fresca
- 100 g di amaretti - 4 pesche

- **1** Montate i tuorli con lo zucchero finché il composto è chiaro e spumoso. Versate a filo il latte intiepidito e cuocete la crema a bagnomaria per circa 10 minuti, fino a che vela il cucchiaino.
- **2** Unite il cioccolato tritato finemente e mescolate fino a che si è sciolto. Versate a filo il liquore e la panna e lasciate raffreddare.
- **3** Sbriciolate gli amaretti. Scottate le pesche in acqua in ebollizione per pochi secondi, scolatele, pelatele e tagliate la polpa a dadini.
- **4** Versate uno strato di crema al cioccolato in 4 coppe, cospargete con parte degli amaretti tritati e con qualche dadino di pesca e proseguite con gli strati fino al termine degli ingredienti.
- **5** Passate le coppe in freezer per almeno 4 ore, decorate a piacere con altre pesche e amaretti e servite.

FACILE

- Preparazione 20 minuti + riposo
- Cottura 10 minuti ● 355 cal/porzione



Piattino da Shop Saman,
ciotola Ichendorf,
cucchiaino Nella Longari,
tovaglia Society. Nella
pagina accanto: tessuto
Society, come vassoio
piastrella Cesi Ceramica
Indirizzi a pagina 6

Charlotte al tè verde

ECHI D'ORIENTE E SAPORI MEDITERRANEI
DENTRO UN NIDO DI RAFFINATA DELICATEZZA

ospite nella nostra cucina Chiara Patracchini,
a cura di Mariateresa Carlucci, foto di Michele Tabozzi





INGREDIENTI PER 4 PERSONE

per il biscotto: 3 albumi piccoli (135 g circa) - 125 g di zucchero semolato - 4 tuorli grossi (90 g) - 80 g di farina "0" - 10 g di tè verde matcha polverizzato - zucchero a velo - burro per la teglia

per la mousse di albicocche e cioccolato bianco: 175 g di purè di albicocche (già pronta in vaschetta o preparata con 4 grosse albicocche pelate e frullate) - 3 grossi tuorli (70 g circa) - 1 grosso uovo (80 g circa) - 75 g di zucchero semolato - 4 g di gelatina in fogli - 75 g di burro - 80 g di cioccolato bianco

per la bagna: 50 g di sake - 20 g di zucchero di canna - 4 g di tè verde matcha polverizzato

per completare: 4 albicocche a dadini - 2-3 albicocche a spicchi - 200 g di panna montata zuccherata - piccoli fiori di stagione - rafia naturale

● **1** Per il biscotto: raccogliete gli albumi in una ciotola capiente, scaldateli a bagnomaria in modo che raggiungano la temperatura di 40° circa e montateli a neve fermissima con una frusta elettrica. Sbattete anche i tuorli in un'altra ciotola con lo zucchero, aggiungete prima il tè, poi gli albumi e infine la farina in 2-3 riprese.

Foderate una teglia con carta da forno e imburratela; trasferite l'impasto del biscotto in una tasca da pasticciere con bocchetta tonda larga e distribuitelo a strisce parallele, una attaccata all'altra, sul lato corto della teglia fino a riempirla completamente.

In questo modo la superficie del biscotto verrà sagomata, come se si trattasse di tanti savoiardi. Cospargete con poco zucchero a velo e cuocete in forno a 220-230° per 5-6 minuti. Togliete dal forno e fate raffreddare.

● **2** Rifilate uno dei lati più lunghi del biscotto, quindi tagliate con un lungo coltello 2 strisce lunghe 10 cm e alte 4 cm (aiutandovi con un righello), che serviranno per il bordo delle charlotte, e incidete con un tagliapasta di 8 cm 2 dischetti, che userete per la base.

● **3** Per la mousse: montate i tuorli in un ciotola con l'uovo e lo zucchero finché avrete ottenuto una crema chiara e spumosa. Aggiungere il purè d'albicocche bollente e incorporate bene; scaldate il composto a bagnomaria finché arriva a poco prima del punto d'ebollizione (82°) e unite la gelatina ammorbidita e strizzata.

Trasferite la ciotola in un'altra con cubetti di ghiaccio e lasciate intiepidire fino alla temperatura di 45°. Fate fondere separatamente il cioccolato e il burro e, quando saranno tiepidi, uniteli al composto. Trasferite la mousse in una tasca da pasticciere con bocchetta liscia e lasciate raffreddare in frigorifero per almeno 4-5 ore.

● **4** Per la bagna, versate 1 cucchiaio d'acqua in un pentolino, unite il sake, lo zucchero e il tè; portate il mix a ebollizione, togliete dal fuoco e lasciate raffreddare.

Componete le charlotte, una alla volta: disponete un anello di 10 cm su un piattino e sistemate all'interno 1 striscia di biscotto, facendo combaciare le estremità.

Mettete 1 disco di biscotto sul fondo, quindi distribuite sopra uno strato di mousse, uno di albicocche a dadini e un altro ancora di mousse. Completate con ciuffetti di panna montata, decorate a piacere con le albicocche a spicchi e qualche piccolo fiore di stagione. Sollevate l'anello e legare la charlotte con un filo di rafia. Servite subito. Ogni charlotte basta per 2 porzioni.

FACILE ● Preparazione: 40 minuti + riposo ● Cottura: 10 minuti

PROFUMI D'ORIENTE

Nella brigata con cui lavora **Chiara Patracchini** (pasticciere al ristorante **La Credenza** di San Maurizio Canavese, Torino) si avvicinano tutto l'anno apprendisti cuochi provenienti da ogni parte del mondo. Tra questi la compagine più numerosa arriva dal Giappone e ogni stagista, in sintonia con la gentilezza e la cerimoniosità che contraddistingue il popolo nipponico, porta in dono tè e sake. Due graditissimi regali da cui Chiara ha preso spunto per creare il dessert di questo mese. Mantenendo in equilibrio i contrasti di consistenze e sapori, ha dato vita a un dolce originale e fusion al punto giusto.



LUOGHI ECCELLENTI

Valle Isarco da scoprire

VIAGGIO NELL'ALTO ADIGE DELLE DOLCI
COLLINE, DEL BAROCCO E DEI MASI
DIMENTICATI. DOVE GUSTO E BELLEZZA
RAGGIUNGONO VETTE ALTISSIME

a cura di Daniela Falsitta, servizio Spagoni+Mulas.
Si ringrazia per la collaborazione il consorzio turistico
Area Vacanze Valle Isarco di Bressanone





La cantina di Varna dove l'affinatore Hansi Baumgartener tiene i suoi formaggi. Sopra, l'essiccazione di un'erba usata nell'impasto del pane tipico della Valle Isarco.

Non sempre i tesori più facili da conquistare sono i meno preziosi. Non sempre la facilità di accesso snatura l'autenticità dei luoghi, e tantomeno cancella sapori, tradizioni, stili di vita. La Valle Isarco, comodamente raggiungibile con l'autostrada del Brennero, gode di questo privilegio. Merito di una natura generosa, certo, ma anche di abitanti po' speciali: gente che ama il proprio territorio e lo preserva. Lo si comprende già pochi chilometri dopo Bolzano, quando la strada si immerge nel verde intenso delle prime colline. Le cime delle Dolomiti, visibili in lontananza, sembrano fatte della materia dei sogni, ma qui, nell'Alto Adige di fondovalle, la campagna è più reale che mai, plasmata dalla fatica dei contadini. La prima imperdibile sosta è nell'incantevole borgo di Barbiano, con tre piccole chiese medievali curiosamente attaccate l'una all'altra. Da anni nella zona si pratica l'agricoltura biologica e ora qualcuno si è pure dedicato a riscoprire alcuni ortaggi dimenticati; vengono coltivati al naturale, senza neppure ricorrere all'irrigazione.

Con due ruote ma senza fatica

Proseguendo, la strada riprende lenta e assoluta tra borghi trafficati da puntuti campanili. C'è anche chi sceglie di percorrere i 25 km di distanza con Bressanone in bicicletta, sull'unica pista quasi pianeggiante della regione. In un'ora di pedalate all'ombra dei frutteti, si arriva nella città, con un bel chiostro dalle volte affrescate. Ancora qualche minuto ed ecco la splendida abbazia di Novacella (sobborgo di Varna), l'esempio più meridionale del barocco bavarese, quel tripudio di riccioli e minuziose pitture che caratterizza i famosi castelli nei dintorni di Monaco.

> segue a pag. 98

ZUPPA DI VINO SUDTIROLESE

PER 4 PERSONE

2,5 dl di brodo di carne - 2,5 dl di vino bianco (Gewürztraminer o Pinot) - 1 dl di panna
- 3 tuorli - 2 fette di pancarré - 40 g di burro
- noce moscata - cannella in polvere - sale

- **1** Eliminate la crosta del pancarré, tagliatelo a dadini e fateli saltare in padella con il burro finché diventano di un bel colore dorato. Cospargeteli con un pizzico di cannella, toglieteli dalla padella e teneteli da parte.
- **2** In una ciotola, sbattete leggermente i tuorli con la panna, poi versate il composto in una pentola con il brodo e il vino; mettete sul fuoco a scaldare delicatamente, mescolando con la frusta e senza portare a bollore per evitare che l'uovo si rapprenda.
- **3** Quando il composto diventa cremoso, conditelo con un pizzico di cannella, noce moscata e sale. Servite subito la zuppa con i crostini alla cannella.

FACILE

Preparazione 10 minuti • Cottura 15 minuti
245 cal/porzione



> segue da pag. 97

Vi si possono ammirare la chiesa, il giardino, la pinacoteca con tavole gotiche, l'imponente biblioteca in stile rococò e, per finire, scoprire che l'abbazia provvede a se stessa con i ricavi di una produzione agricola e gastronomica ecocompatibile. Nell'enoteca, infatti, si acquistano grappe, tisane, erbe aromatiche, frutta, tisane, succhi e, naturalmente, vino.

Un paese di vigne e formaggi

La Valle Isarco è ricca di ottime cantine. La posizione soleggiata, il terreno denso di minerali, l'escursione termica notturna permettono all'uva di generare aromi intensi e definiti. A Varna hanno saputo più che mai valorizzare i bianchi realizzando interessanti Kerner, Riesling e Gewürztraminer. Sempre nello stesso comune, nascosto da un bosco di larici, lo chef Hansi Baumgartner ha ideato De Gust, un locale specializzato in buffet di formaggi. Le specialità vengono selezionate lungo tutto l'arco alpino, affinate nelle sue cantine e, quindi, proposte con abbinamenti innovativi: dalle foglie di alghe alle vinacce, dal fieno ai fiori e persino con preziosa foglia d'oro.

> segue a pag. 99

Nei masi della Valle Isarco è possibile acquistare prodotti genuini e assistere alla loro lavorazione.

A destra, nel maso Lechnerhof di Rodengo, Josef Uberbacher mostra la tecnica per separare la cera dal favo ed estrarre il miele. Sotto, i vigneti di Varna, località vocata alla produzione di notevoli vini bianchi.



PATATE ARROSTITE CON UOVA AL TEGAMINO E SPECK

PER 4 PERSONE

8 patate - 3 cipolle - 2 fettine sottili di speck
(o pancetta) - 4 uova - 60 g di burro
- erba cipollina - olio d'oliva - sale - pepe

- **1** Portate a ebollizione abbondante acqua leggermente salata e lessatevi le patate con la buccia per circa 20 minuti; nel frattempo, pelate e affettate sottilmente le cipolle. Scolate le patate, pelatele e affettatele.
- **2** Scaldate 2 cucchiai di olio in una padella e rosolatevi le patate; aggiungete le cipolle e continuate la cottura per una decina di minuti, finché le patate saranno dorate, poi regolate di sale e pepate.
- **3** In un'altra padella sciogliete il burro, friggete le uova, salate e pepate. Trasferite le uova in un piatto, copritele e, nella stessa padella, rosolate le fettine di speck. Servite le uova con lo speck, le patate e le cipolle cosparse con l'erba cipollina tritata e, se vi piace, qualche foglia di alloro e maggiorana.

FACILE

- Preparazione 15 minuti ● Cottura 40 minuti
- 515 cal/porzione



For-Lip LIF-TING

...favorisce un
miglioramento generale
della pelle e il recupero
di un aspetto
più giovane e disteso...



collagene idrolizzato
vitamina C • vitamina B5

IL COLLAGENE

Il collagene è una proteina molto abbondante nel nostro organismo, esso costituisce infatti il 90% dei tessuti connettivi di pelle, tendini ed ossa.

Il collagene è presente in molteplici forme, ciascuna caratterizzata da proprietà chimico-fisiche peculiari. Il collagene è una proteina di fondamentale importanza nel garantire la struttura della pelle, esso infatti costituisce una rete nello strato del derma responsabile della elasticità e della resistenza alla trazione della cute.

LA VITAMINA C

La vitamina C è essenziale per la corretta sintesi di collagene nel nostro organismo, pertanto è necessario garantire l'assunzione di un adeguato quantitativo. La vitamina C, inoltre, ha un forte potere antiossidante in grado di contrastare i radicali liberi, che possono contribuire all'invecchiamento cutaneo.

CONFEZIONE: 30 BUSTINE

www.medicalpharma.it - e.mail: medicalp@tin.it



Dall'alto: una veduta dell'abbazia di Novacella, pochi chilometri a nord di Bressanone e la via principale di Vipiteno, caratterizzata da eleganti portici e case dai tanti colori. In basso, una mucca addobbata per partecipare alla festa del ritorno dagli alpeggi (agriturismo Masl).



> segue da pag. 98

Spesa nei masi e merenda a Malga Fane

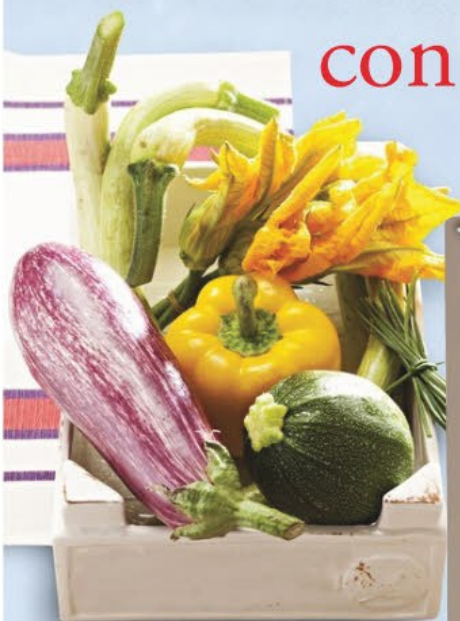
Ormai non siamo distanti da Fortezza, il paese che deve il suo nome alle fortificazioni volute da Francesco I nel 1833. Garantite dai costruttori asburgici «a prova di qualunque esercito», sono state condannate dalla storia alla più completa inutilità. Meglio è andata alla Sachsenklemme, un castellotto al centro delle lotte per l'indipendenza del Tirolo del 1809. Oggi è Gasthof e birrificio artigianale. Guardando a est, in direzione della Val Pusteria, un altopiano consacrato alle mele fa da quinta al suggestivo castello di Rodengo, mentre sterminati prati di rododendro e tarassaco sono il terreno di lavoro pre-

diletto dalle api. Il miele si può acquistare direttamente nei masi della zona, dove saranno felici di farvi assistere alle fasi della produzione e alle tante attività quotidiane di chi, ancora oggi, sceglie questa vita appartata e genuina. Per una corroborante merenda con panorama, si sale all'incantata Malga Fane, un piccolo borgo di baite raggiungibili da Valles con tre sentieri di varia difficoltà. All'arrivo vi aspettano piatti tipici, taglieri di salumi,



fette di strudel e la visita a un caseificio di montagna. Infine, ecco Vipiteno, ultimo gioiello della Valle Isarco. Una passeggiata tra le sue case di bambola dai davanzali fioriti riempie gli occhi di poesia, così come l'immane campanile. Tutt'intorno lo splendore naturale delle Alpi ha cominciato a dominare il paesaggio. È arrivato il momento di dedicarsi alla conquista delle cime oppure fare dietrofront e cercare nuove tappe golose lungo un fondovalle pieno di squisite abitudini.

Sapori d'estate con gli ortaggi del sole



Pomodori, melanzane, zucchini e peperoni: magnifici ortaggi con molteplici personalità, da riscoprire a ogni occasione e da combinare insieme per creare armonie semplicemente sorprendenti. Ottimi farciti, o come protagonisti di creme, fresche insalate e focacce o, per chi vuole osare di più, di clafoutis e cheese cake salati. Tante ricette particolari, allegre e colorate, che renderanno ancora più divertente la tavola dell'estate.

Verdure mediterranee le più buone dell'orto



Sale&Pepe collection

MONDADORI

i libri di **sale & pepe** in edicola dal 19 luglio

PRENOTALO SUBITO SOLO € 4,90 IN PIÙ



STRUDEL DI NOCI

PER 10 PERSONE

500 g di farina 0 - 250 g di margarina - 30 g di lievito - 1 cucchiaino di zucchero - 125 ml di latte - 120 g di gherigli di noci (o nocciole) tritate - 2 dl di sciroppo di zucchero (si acquista nei supermercati) - 100 g di pane grattugiato - 30 g di uvetta - la scorza grattugiata di mezzo limone non trattato - scaglie di mandorle - 1 uovo

- **1** Impastate la farina con la margarina morbida a pezzetti, il lievito, lo zucchero e il latte, fino a ottenere un impasto omogeneo e sodo. Mettete in ammollo l'uvetta in acqua fredda.
- **2** Mescolate il pane grattugiato con le noci e la scorza di limone; portate a bollore lo sciroppo e unitelo al pane grattugiato con l'uvetta. Stendete la pasta con un matterello, copritela con il composto preparato e avvolgetela su se stessa.
- **3** Spennellate lo strudel con l'uovo sbattuto e fatelo riposare per 20 minuti. Infornate e cuocete per 35 minuti a 170°. Abbrustolite le mandorle in una padella a fuoco vivace, distribuitele sullo strudel caldo. Lasciate intiepidire e servite.

MEDIA

- Preparazione 35 minuti + riposo
- Cottura 35 minuti ● 570 cal/porzione



Qui sopra, alcune varietà di rape coltivate nel biomaso Aspingerhof, a Barbiano. Sotto, Herbert Mair, chef del ristorante Mühle, a Valles.



TACCUINO DI VIAGGIO

BAITA KUTTEN

www.kuttnhuetten.it
A Malga Fane Margaret Huber vi farà assaporare piatti e formaggi d'alpeggio.

RISTORANTE MÜHLE

Valles, www.die-muehle.it
Il locale dello chef Herbert Mair propone cucina tipica, taglieri e spuntini.

HOTEL MASL

Valles, www.hotel-masl.com
La famiglia Messner gestisce il Masl dal 1680. Della stessa proprietà un agriturismo e una baita a Malga Fane, meta di golose escursioni.

BIOMASO ASPINGERHOF

Barbiano-Bressanone, cell. 339 6044981, cell. 335 7085311
Harald Gasser coltiva ortaggi scomparsi dal mercato. Visite su appuntamento.

DE GUST

Varna-Bressanone, tel. 0472 849873, www.degust.com
Formaggi affinati dallo chef Hansi Baumgartner serviti con originali abbinamenti.

KÖFERERHOF

Novacella/Varna, tel. 0472 836649, www.koeferhof.it
Azienda vinicola e ristorante.

SACHSENKLEMM

Fortezza, tel. 0472 837837, www.sachsenklemme.it
Gasthof e birreria ricavate in una residenza storica.

SCHUPFNERHOF

Vandois, tel. 335 490550 www.schupfner.it
Distillati con erbe e frutti.

LECHNERHOF

Rodengo, tel. 0472 454237, cell. 349 3919669
Miele, idromele e candele con cera naturale.

AREA VACANZE VALLE ISARCO

Bressanone, tel. 0472 8022323, www.valleisarco.com

COOK&BOOKS ACADEMY

La scuola più gustosa di Milano

La Cook&Books Academy è il luogo dove la passione per la cucina prende vita. Una scuola di cucina in un ambiente creativo e divertente al 3° piano del Mondadori Multicenter di piazza del Duomo a Milano con una serie di corsi adatti a tutti i gusti ed esigenze. Dal 1° luglio scopri online i nuovi corsi che iniziano a settembre e scegli il più giusto per te!



Corsi di cucina **PER ADULTI**

CORSI MONOTEMATICI. Lezioni attive di tre ore su diverse tipologie di piatti, ingredienti e menu per tutte le occasioni. Per imparare e scoprire tutti i segreti in cucina.

CORSI A PIÙ LEZIONI. Percorsi attivi dedicati ai più gustosi temi gastronomici che permetteranno un viaggio a 360° tra ricette, tecniche e trucchi da veri chef.

Corsi di cucina **PER BAMBINI**

SOLO BAMBINI. Vere sale giochi che stimolano la fantasia e la manualità: un'avventura del gusto da vivere e assaporare in compagnia di tanti nuovi amici.

A QUATTRO MANI. Un'esperienza ricca ed entusiasmante che coinvolge i piccoli futuri cuochi insieme a papà, mamme, nonni e zii: un modo divertente per crescere insieme.

Per tutti degustazione finale dei piatti preparati in abbinamento con vini "La Collina dei Ciliegi" e kit omaggio con grembiule, dispensa e notebook.



CUCINA MODERNA

sale&pepe

Cucina
no problem

IN COLLABORAZIONE CON

SPONSOR UFFICIALI



Per info vai su www.corso-di-cucina.it oppure chiama il numero 02.75423300 ore 10-12 e 16-18

Nettarine di Romagna



CONQUISTANO AL PRIMO MORSO CON LA BUCCIA SOTTILE E CROCCANTE E LA POLPA PROFUMATA E COMPATTA. PERFETTE PER DOLCI RINFRESCANTI MA ANCHE PIATTI SALATI

di Marina Cella, foto di Maurizio Lodi, ricetta di Livia Sala, stylist Laura Cereda, scelta del vino di Sandro Sangiorgi

Invece della classica coppa, il trofeo per il vincitore è un aratro d'oro, simbolo del faticoso lavoro dei campi. Perché il Giro ciclistico delle Pesche Nettarine di Romagna, che si corre ogni anno a maggio dalla cittadina di Medicina (BO) a Faenza, è un atto d'amore non solo per lo sport ma anche per la terra romagnola e uno dei suoi frutti d'eccellenza. Quella nettarina che, insieme alla "cugina" a buccia vellutata (*Persica vulgaris*), dagli inizi del secolo scorso viene coltivata con dedizione e fatica nelle piane che vanno da Bologna fino a Ravenna e Forlì, culla di tutta la frutticoltura italiana. È proprio in Emilia Romagna infatti che, tra la fine dell'Ottocento e gli inizi del Novecento, sono nati i primi impianti a frutteto, per la maggior parte pescheti. In particolare, fu Massa Lombarda a dare l'avvio

all'attività che, partita nel 1898 con un piccolo appezzamento di 3 ettari, già nel 1927 ne copriva più di 3 mila. Grazie alla vicinanza con il Mare Adriatico infatti, l'area geografica è ideale per la coltivazione delle pesche, che già nel lontano 1300 ne deliziavano gli abitanti con la loro polpa profumata. Oggi la produzione vede ancora in testa la regione emiliana e in particolare è la Romagna la terra d'elezione delle nettarine, con oltre il 60% dell'offerta nazionale. Ottenuto da tempo il riconoscimento europeo dell'Igp, certificato dal bollino che contrassegna ogni frutto, le nettarine vengono commercializzate dal 10 giugno al 20 settembre da aziende iscritte all'albo apposito, con sede in molti comuni delle province di Ferrara, Bologna, Forlì e Ravenna.

Dal cheese cake agli spiedini

Con la buccia liscia e sottile, la polpa croccante e il profumo intenso, le nettarine (chiamate anche pesche noce) negli ultimi anni si sono conquistate il favore dei consumatori, superando le pesche comuni, dall'epidermide vellutata e la consistenza più morbida. A polpa gialla, le più diffuse, ma anche bianca, si possono mangiare anche quando non sono arrivate a piena maturazione e la polpa è più compatta; se sono ancora acerbe, basta lasciarle a temperatura ambiente in un sacchetto di carta per 2-3 giorni. Rinfrescanti e perfette per la bella stagione in succhi e frullati o al naturale, le nettarine sono deliziose in cucina. Più pratiche delle pesche comuni perché non richiedono di essere sbucciate e molto scenografiche grazie al colore rosso squillante della buccia, hanno una consistenza più soda, ideale per decorazioni di torte e coppe ma anche per macedonie o insalate sfiziose, rese speciali dal tocco croccante della buccia. Per il resto, la polpa dolce e profumata delle nettarine si adatta a tutte le preparazioni con le pesche comuni. Dunque torte, crostate, crumble, clafoutis, crêpes, tartellette e fagottini. Dolci al cucchiaio come mousse, bavaresi e trifles; gelati, coppe, topping per cheese cake e panna cotta. Tra le ricette della tradizione romagnola, le pesche ripiene con mandorle e agrumi canditi, passate in forno con il vino bianco; le nettarine caramellate oppure cotte al profumo di cannella o ancora gelate, servite in coppe di Spumante di Romagna. Per chi ama il gusto agrodolce, le nettarine si adattano anche ai piatti salati. Oltre alla insalate (da provare per esempio con il pollo o i gamberetti), sono ottime per il risotto, il riso all'orientale e il cuscus, per dare un tocco speciale agli spiedini di carni bianche o di pesce, per insaporire l'arrosto.

BERE GIUSTO

L'abbinamento del vino con la frutta di solito è problematico. Nel caso specifico approfittiamo della vicinanza territoriale e culturale tra la nettarina di Romagna e il conterraneo Albana in versione passita. La freschezza della polpa del frutto, in parte consumata dalla cottura e in parte esaltata dalla chantilly al mascarpone, è accolta dal vino dolce e può esprimere fino in fondo la varietà aromatica delle erbe.



NETTARINE GRIGLiate AL ROSMARINO E LAVANDA, CON CHANTILLY DI MASCARPONE

PER 4 PERSONE

4 nettarine non troppo mature - 150 ml di panna fresca - 75 g di mascarpone - 1 rametto di rosmarino - 1 spiga di lavanda - 1 bicchierino di brandy - 2 cucchiaini di zucchero di canna - 1 cucchiaino di zucchero a velo - 1 pizzico di scorza grattugiata di limone

- **1** Sciacquate le nettarine, tagliatele a metà e privatele del nocciolo. Sistematele in una terrina con qualche ciuffetto di rosmarino, la spiga di lavanda e il brandy. Lasciate marinare per mezz'ora.
- **2** Sgocciolate le nettarine e cuocetele su una piastra ben calda un paio di minuti per lato.
- **3** Nel frattempo montate la panna insieme al mascarpone, lo zucchero a velo e la scorza di limone. Cospargete le nettarine con lo zucchero di canna e servitele accompagnando con la crema al limone.

FACILE

- Preparazione 15 minuti + riposo ● Cottura 5 minuti
- 265 cal/porzione

Tre tagli eccellenti

MAGATELLO, FESA FRANCESE E FILETTO SONO I PIÙ AMBITI DAI GOURMET. PERCHÉ GARANTISCONO CARNI MORBIDE E PIATTI RAFFINATI

di Miriam Ferrari, foto Maurizio Lodi, in cucina Livia Sala, stylist Laura Cereda



Bilancia di 100fa.
Indirizzo a pag. 6



IL MAGATELLO

● È uno dei tagli più caratteristici e conosciuti, ottenuto dalla parte superiore della coscia e facilmente riconoscibile per la sua forma allungata e regolare: si tratta, infatti, del muscolo che forma il profilo anatomico delle natiche del vitello. Intero, è ideale per preparare il vitel tonn , un grande classico della cucina piemontese. Prima di cucinarlo eliminate, con uno scortichino, la pelle che lo avvolge (foto 1). Tagliato a fette non troppo sottili   particolarmente indicato per le scaloppine: prima della cottura incidetele intorno ai bordi per evitare che si arriccino (foto 2).

LA FESA FRANCESE

● Ricavata dalla parte alta della coscia,   uno dei tagli di pi  elevato valore commerciale e naturalmente tra i pi  costosi. Offre una vasta gamma di possibilit  in cucina: privata della parte superficiale, o copertina, da cui si possono ottenere ottimi spezzatini, pu  essere affettata e utilizzata per le classiche paillard (foto 1) oppure cucinata intera come arrosto. In questo caso, trattandosi di un pezzo magro e di gusto delicato, si consiglia di avvolgerlo in fettine di pancetta legandolo e inserendo sotto lo spago qualche erba aromatica (foto 2).



IL FILETTO

●   un piccolo taglio molto ricercato situato nella regione lombo-sacrale; ha polpa tenerissima con grana minuta. Il peso di un filetto intero pu  variare dagli 800 g di un vitello da latte al chilo e mezzo. Si cucina preferibilmente arrosto unendo durante la cottura poco brodo o latte per mantenerlo morbido; prima di cuocerlo si pu  insaporire con filettini di scorza di limone e rosmarino (foto 1). Per un pranzo importante si pu  farcire: basta inciderlo per tutta la lunghezza, inserire gli ingredienti scelti e legarlo stretto (foto 2).



MAGATELLO TONNATO ALL'ANTICA

- **1** Rosolate un pezzo di magatello di 800 g in una padella con un filo di olio, salatelo, pepatelo e sfumatelo con un bicchiere di vino bianco; trasferitelo in una pirofila con il suo sugo, aggiungete 1 carota, 1 cipolla a pezzetti e 2 foglie di alloro, poi infornate a 190° per circa 1 ora.
- **2** Scolate il magatello, frullate il suo sugo filtrato con 100 g di tonno sott'olio, 2 filetti di acciuga, 1 cucchiaino di capperi e 150 g di maionese; diluite se necessario con succo di limone. Affettate la carne e irroratela con la salsa (per 4 persone).

FESA ARROSTO CON PISTACCHI E NOCCIOLE

- **1** Avvolgete in fettine di pancetta ed erbe aromatiche 1 kg circa di fesa francese, mettetela in una teglia appena unta di olio e infornatela a 200° per circa 1 ora e 15 minuti, bagnandola a metà cottura con mezzo bicchiere di vino bianco.
- **2** Scolatela, slegatela, togliete la pancetta e le erbe aromatiche, asciugatela con carta da cucina e passatela in un trito abbondante di pistacchi e nocciole; rimettetela in forno per 15-20 minuti. Servitela affettata e cosparsa con il suo sugo di cottura (per 4 persone).



FILETTO FARCITO AI POMODORINI

- **1** Spalmate 800 g di filetto di vitello tagliato a metà per il lungo con un velo di pasta d'acciughe, distribuite all'interno qualche pomodorino secco sott'olio, ben sgocciolato e asciugato, richiudete la carne e legatela ben stretta.
- **2** Fate fondere in una padella 50 g di burro e rosolatevi il filetto da tutte le parti; bagnate con qualche cucchiaino di brodo vegetale e continuate a cuocere per circa 1 ora e 15 minuti, bagnando, se necessario, ancora con poco brodo. Affettate l'arrosto e servitelo (per 4 persone).

DECORI E CONTORNI

- **MAGATELLO TONNATO.** Cetriolini, pannocchiette e carotine sott'aceto aiutano a smorzare l'untuosità della salsa e aggiungono un'allegria nota di colore. L'incisione a ventaglio rende ancora più bella la coreografia.
- **FESA ARROSTO.** Il contorno di fagiolini bianchi e verdi è in sintonia

con il colore di pistacchi e nocciole; cotti a vapore, i fagiolini risulteranno freschi e brillanti.

- **FILETTO FARCITO.** Pomodorini dentro e fuori: sott'olio nel ripieno, freschi e al gratin come contorno. Prima di passarli in forno a gratinare i pomodorini vanno tagliati a metà e conditi con un trito di prezzemolo, aglio

e timo, mescolato a 2 cucchiaini di pangrattato, e un filo d'olio.

NOMI REGIONALI

- **MAGATELLO:** girello, tondello, tondino, lacerto.
- **FESA FRANCESE:** fesa, rosa, scannello, natica, entro coscia.
- **FILETTO:** si chiama sempre così.

A sinistra, padella
Moneta; in questa pagina
tavolino 100fa.
Indirizzi a pag. 6



NEL PROSSIMO NUMERO: NOCE E SCAMONE

Dai Balcani, il Sataraš

UNA GUSTOSA COMBINAZIONE DI SAPORI PER QUESTO PIATTO
DI VERDURE COTTE IN UMIDO FINO A DIVENIRE TENERE

di Francesca Tagliabue, in cucina Livia Sala, foto di Maurizio Lodi, styling di Laura Cereda



Per uno Slavo o un Croato il Sataraš è come la salsa di pomodoro per gli Italiani o quella piccante per i Messicani: un classico così classico che appartiene di rigore a ogni tradizione familiare e che non può mancare sulla tavola estiva quotidiana. Nella sostanza è un piatto a base di verdura stufata molto simile alla ratatouille francese e alla nostra peperonata; ma, a differenza delle parenti occidentali che si servono anche fredde, si gusta solo caldo, appena cotto. Diffuso nell'area dell'ex Jugoslavia e in tutta l'Europa sudorientale, sembra originario della Baranja (regione tra Ungheria e Croazia, dove passa il Danubio).

Come molti piatti contadini, nati per riciclare e mescolare gli avanzi, ha mille varianti: secondo uno scherzo popolare ne esistono tante versioni quante famiglie sul territorio.

ORTAGGI VAGABONDI

Dalla già citate peperonata e ratatouille fino alla sicilianissima caponata i mix di ortaggi cotti appartengono alla tradizione di molti Paesi europei. Oltre al Sataraš, che in Serbia si chiama Satarash, c'è l'ungherese Lecsó (peperoni, pomodori, cipolle, paprika e pancetta) e il Briami greco (patate, zucchine, melanzane e ancora pomodori e peperoni, tagliati a pezzetti e cotti al forno), servito con l'inevitabile feta. Spettacolare un piatto turco chiamato Imam bayildi ("l'imam in estasi"): le verdure stufate sono sistemate su mezze melanzane tagliate nel senso della lunghezza, a mo' di vassoio.

SATARAŠ ARRICCHITO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

2 cipolle - 2 peperoni verdi e 2 rossi - 4 grossi pomodori - 2-3 cucchiaini di olio extravergine di oliva - 3 uova - 1/2 tazza di pinoli - 1 pizzico di zucchero - 1 pizzico di sale - 1 pizzico di pepe nero macinato - 1/4 di peperoncino rosso

- **1** Lavate i pomodori, tagliateli a metà e riduceteli a cubotti. Spellate e tritate le cipolle, pulite i peperoni e tagliateli a listerelle sottili. Scaldate l'olio in una larga padella e saltate scalogni e peperoni, unite lo zucchero e cuocete fino a leggera doratura. Aggiungete i pomodori e proseguite la cottura (i pomodori rilasceranno la loro acqua di vegetazione, ma se necessario aggiungete qualche cucchiaino di acqua, per evitare che le verdure si attacchino al fondo).
- **2** Cuocete per 15-20 minuti a fuoco medio, mescolando spesso con una spatola. Condite con sale, pepe e peperoncino, secondo il vostro gusto.
- **3** Sbattete le uova in una ciotola; aggiungetele, poco per volta, alle verdure in padella, mescolando costantemente. Cuocete per un altro minuto e irrorate con un filo di olio. Tostate leggermente i pinoli, in una padella senza aggiunta di condimento, e guarnite il piatto. Servite subito.

FACILISSIMA ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 30 minuti ● 160 cal/porzione

L'unica certezza è la base di ortaggi profumati e succosi: pomodori, cipolle e peperoni. Per questi ultimi la ricetta vorrebbe quelli ungheresi: giallo pallido, molto profumati, hanno gusto delicato, pelle sottile e cuociono velocemente, ma si adattano bene anche i nostri, verdi, rossi e gialli. E poi, a seconda delle offerte dell'orto e dei gusti, ecco comparire melanzane, patate, fagiolini e, in una versione più ricercata, anche pinoli tostati.

Oggi il Sataraš viene preparato tutto l'anno e servito come antipasto, come contorno a portate di manzo e maiale, come condimento a patate bollite o, addirittura, sul pane tostato per la prima colazione. Per trasformarlo in un piatto unico si usa mescolarlo alle uova oppure a una ciotola di riso a chicco lungo cotto al vapore. Molte famiglie aggiungono pure un cucchiaino di Vegeta, un mix secco di verdure, e uno di Ajvar, salsa composta da peperoni e melanzane arrostiti con peperoncino e aglio: può essere dolce, mediamente piccante (la più usata), o molto hot. Una curiosità: il Sataraš è, come la polka, la danza tipica di molta Europa Orientale, immancabile in ogni buon matrimonio croato tradizionale. Si usa per accompagnare le altrettanto classiche cotolette di vitello o vitellone impanate e fritte (Schnitzle). E anticipa un altro rituale gastronomico delle nozze: a fine pasto gli ospiti non disdegnano un bicchierino o due di Sljivo, una sorta di acquavite di prugne.

SALE&PEPE SHOPPING

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA



COMPOSTA GERMINAL BIO

La Composta Frutti di bosco Germinal Bio è formulata con 100% frutta fresca biologica di mirtillo, more, fragole e rosa canina. Per ogni 100 grammi di prodotto vengono utilizzati 105 grammi di frutta. È dolcificata con soli zuccheri della frutta, non contiene pectina e altri additivi.



CREPES ALLA CREMA DI NOCCIOLE

Una crêpe dal dolce e morbido ripieno esce dalla cucina di Nonna Rina, uno dei marchi della Latteria Montello S.p.A. Dall'unione di ingredienti semplici con una golosa crema di nocciola viene alla luce un gustoso dessert veloce da cucinare e di sicuro effetto.



TORTA PISTACCHIO CIOCCOLATO

La Torta Fresca e Cremosa Pistacchio e Cioccolato è una novità cameo per l'estate: con due golose creme, al pistacchio e al cioccolato, sopra un croccante fondo biscottato al cacao.



PREALPI

La gamma dei formaggini Prealpi si arricchisce con DINKI light, il nuovo formaggino con il 30% di grassi in meno rispetto a Dinki. Cremoso e spalmabile come Dinki classico, viene prodotto senza aggiunta di conservanti e di polifosfati.



OLIO DOP RIVIERA LIGURE

Se cercate le bottiglie con il collarino giallo del Consorzio di Tutela, allora l'olio extra vergine di oliva DOP Riviera Ligure che trovate è stato controllato, assaggiato e garantito come vero olio ligure al 100%. Lo si riconosce inoltre dal sapore delicato, dolce, leggermente fruttato.



MONTASIO

Il Montasio è un formaggio a pasta cotta, semidura, ottenuto esclusivamente con latte bovino proveniente dalla zona di produzione. È caratterizzato da tre stagionature: il fresco dal sapore morbido e delicato, il semistagionato con sapori più decisi, il vecchio e lo stravecchio assumono gusti particolarmente aromatici.



SAUVIGNON BLANC LAFÒ 2010 DOC

Il Sauvignon Blanc Lafò è un vino bianco che presenta intense note fruttate al naso che ricordano il sambuco, i fiori di acacia e la salvia legati da eleganti sentori di legno. Ideale per la cucina a base di erbe aromatiche e pesce; piatti speziati a base di carni bianche e formaggi freschi.



"INSALATA MIA AMATA" CANNAMELA

Insalata Mia Amata è una linea di preparati per condire le insalate di Cannamela. Otto miscele di verdure essiccate, spezie ed erbe aromatiche, per portare sulla tavola ogni giorno un'insalata diversa. Non contengono aromi artificiali né conservanti e permettono di insaporire le insalate in modo gustoso e naturale.



SICUREZZA ALIMENTARE EUROPEA

Prosegue per il secondo anno la campagna informativa UE "La Nuova sicurezza alimentare europea – proseguimento", che vede come protagonista la Mela Alto Adige IGP, lo Speck Alto Adige IGP e i Vini Alto Adige DOC, prodotti caratterizzati da qualità e origine, oltre che da un'estrema versatilità in cucina.



CANCÒR RIESLING TRENTINO DOC

La vigna Cencòr (Cembra, Cantina di Montagna) è su una terra vocata alla coltivazione del Riesling renano. Il singolare profumo di Cencòr è frutto di aromi, che ricordano i pistacchi, l'eucalipto, il muschio e la frutta candita. Di spiccata mineralità, è particolarmente persistente.



DETEA GREEN

I Master Blenders di Twinings hanno ideato una miscela unica di tè verdi orientali successivamente lavorata per ottenere un tè dal sapore delicato e morbido, piacevolmente rinfrescante e privo degli effetti stimolanti della teina. Buono da gustare al naturale, gradevole e amabile anche raffreddato.



LO ZAFFERANO IN CUCINA

Lo zafferano è una delle spezie più versatili in cucina. Aggiunto ai piatti di tutti i giorni, senza l'apporto di grassi, lo zafferano regala salute, sapore, profumo e colore. Colore giallo vivo, sapore accentuato e profumo intenso sono le caratteristiche dello Zafferano Leprotto dal "sapore deciso".



YOGA NETTARE DI MIRTILLO

I mirtilli sono piccoli frutti dalle grandi proprietà nutrizionali, antiossidanti e vaso-protettive. Yoga nettare di mirtillo contiene il 65% di frutta e il succo di 100 mirtilli ed è senza glutine. La pratica confezione tascabile, con tappo richiudibile, consente un consumo agevole in casa e fuori casa.



FRANTOIO FONTANARA

L'Olio Extravergine di Oliva 100% Italiano Selezione Fontanara è un olio d'oliva di categoria superiore ottenuto direttamente da olive sottoposte a frangitura in giornata per preservarne la fragranza e qualità. Il suo equilibrio e la sua fragranza di foglia e frutta fresca, lo rende adatto a qualunque cibo, ideale a crudo.



EXQUISIA ALTA DIGERIBILITÀ

Gustoso e versatile, Exquisa formaggio fresco Alta Digeribilità, senza lattosio, dona un tocco di cremosa leggerezza ad ogni piatto. Il suo gusto leggero e delicato si sposa ad ogni ingrediente dolce o salato, ed è perfetto da solo o accompagnato.



"CONDIVIDI UNA COCA-COLA"

Per la prima volta, grazie al progetto "Condividi una Coca-Cola", lo storico brand lascia il posto ai nomi dei suoi affezionati consumatori sul packaging dei propri prodotti. Fino ad agosto 2013, infatti, sulle bottiglie e lattine di Coca-Cola, campeggeranno i 150 nomi più diffusi in Italia e i modi di dire più comuni.



COSÌ COM'È: IL DATTERINO GIALLO

Il Datterino Giallo Così Com'è nasce nella Piana del Sele, dove Finagricola coltiva le piantine seguendo tutto il processo di coltivazione. Il Datterino Giallo è un'antica varietà dal gusto leggero e delicato, ideale per realizzare squisite creme o per accompagnare le preparazioni a base di pesce.



SUPER SGRASSANTE NUNCAS

Lavastoviglie Super Sgrassante è un trattamento speciale, per sciogliere tutto il grasso che si accumula all'interno della lavastoviglie, anche nelle tubazioni più sottili, senza intaccare le finiture cromate e i cestelli contenitivi. Grazie alla sua formulazione concentrata igienizza a fondo ed elimina i cattivi odori.

NEL NUMERO DI AGOSTO



CARNE E PEPERONI

Binomio estivo per eccellenza si esprime in intensi piatti forti. Dove il più stuzzicante e variopinto prodotto dell'orto sposa la fibra succulenta di agnello e maiale e completa la delicatezza di pollo, tacchino e coniglio.



MELANZANE D'ITALIA

Alla siciliana, fritte e poi in forno con caciocavallo, alla calabrese, con pomodoro e uova, alla campana, in scapece, narrano la ghiotta tradizione del Bel Paese.



CROSTATE DI FRUTTA

Gusci croccanti, morbide creme e tante squisitezze dall'albero: accordi di gusto in infinite varianti di sorprendente bontà.

in edicola dal 19 luglio

SALE&PEPE

n. 7 LUGLIO 2013

DIRETTORE RESPONSABILE

Laura Maragliano laura.maragliano@mondadori.it

REDAZIONE

Livia Fagetti fagetti@mondadori.it (caporedattore)
Barbara Galli barbara.galli@mondadori.it (caporedattore)
Mariateresa Carlucci carlucci@mondadori.it (capeservizio)
Enza Dalessandri enza.dalessandri@mondadori.it (capeservizio)
Alessandro Gnocchi gnocchi@mondadori.it (capeservizio)
Cristiana Casse cristiana.casse@mondadori.it
Barbara Roncarolo barbara.roncarolo@mondadori.it

REDAZIONE GRAFICA

Loredana Maestri lmaestri@mondadori.it (capeservizio)
Cristina Papi cpapi@mondadori.it (capeservizio)
Susanna Meregalli susanna.meregalli@mondadori.it
Diego Stadiotti diego.stadiotti@mondadori.it
Patrizia Zanette zanette@mondadori.it

SEGRETERIA DI REDAZIONE

Cinzia Campi cinzia.campi@mondadori.it (responsabile)
Paolo Riosa riosa@mondadori.it (ricerca fotografica)

PROGETTO GRAFICO

Roberto Porta porta@mondadori.it

HANNO COLLABORATO

Stefania Aledi, Alessandra Avallone, Federica Banco di San Secondo, Patrizia Cantoni, Marina Cella, Laura Cereda, Claudia Compagni, Daniela Falsitta, Miriam Ferrari, Paola Mancuso, Barbara Mantovani, Francesca Romana Mezzadri, Alessandro Pasinelli Studio, Chiara Patracchini, Antonella Pavanello, Livia Sala, Sandro Sangiorgi, Mariarosca Schiaffino, Francesca Tagliabue, Enrico Saravalle, Beatrice Spagoni, Sissi Valassina, Paola Volpuri

Foto: Alkemia, Marco Azzoni/MDA, Adriano Brusaferrì, Luca Colombo/Studio XL, Andrea Forlani, Maurizio Lodi, Francesca Moscheni, Michele Mulas, Bianca Puleo, Stefania Sainaghi, Michele Tabozzi

SALE&PEPE SERVIZIO CLIENTI

Volete fare un abbonamento o dovete segnalare un disservizio?
Tel. 199111999 (da lunedì a venerdì dalle 9.00 alle 19.00; costo massimo della telefonata € 0,12 + IVA al minuto senza scatto alla risposta, per cellulari costi in funzione dell'operatore); per chiamate dall'estero +39.041-509.90.49; fax 030-7772387; e-mail: abbonamenti@mondadori.it; internet: www.abbonamenti.it

Servizio collezionisti Avete perso un numero di Sale&Pepe? tel. 199162171; fax 02-95970333 e-mail: collez@mondadori.it
Distribuzione Distribuzione a cura di Press Di srl.

ARNOLDO MONDADORI EDITORE S.P.A.

REDAZIONE E AMMINISTRAZIONE: 20090 Segrate (Milano) - Tel. 02/75421. Casella postale n. 1833, 20101 Milano. Telegrammi e Telex: 320457 MONDMI I.

CONCESSIONARIA ESCLUSIVA PER LA PUBBLICITÀ: Mondadori Pubblicità S.p.A.
SEDE CENTRALE: 20090 Segrate (Mi) - Tel. 02/75421 - Fax 02/75422302. © 2002 Arnoldo Mondadori Editore S.p.A. - Milano. Tutti i diritti di proprietà letteraria e artistica riservati. Manoscritti e foto anche se non pubblicati non si restituiscono.

Pubblicazione registrata presso il Tribunale di Milano n. 464 del 8/9/1986.
Stampa ELCOGRAF S.p.A., via Mondadori, 15, Verona. Distribuzione a cura Press-Di srl.
Servizio arretrati/collezionisti a cura di Press Di Distribuzione Stampa e Multimedia srl "Collezionisti" (Tel. 199162171; Fax 0295103250; email: collez@mondadori.it), conto corrente postale n° 77270387.
Garanzia di riservatezza agli abbonati: L'Editore garantisce la massima riservatezza dei dati forniti dagli abbonati e la possibilità di richiederne gratuitamente la rettifica o cancellazione ai sensi dell'art. 7 del D. leg. 196/2003 scrivendo a: Press-Di srl Ufficio Abbonamenti: Casella postale n. 77003101 email: abbonamenti@mondadori.it



Accertamento Diffusione
Stampa - Certificato
n. 7490 del 20 dicembre 2012



Questo periodico è iscritto
alla FIEG Federazione
Italiana Editori Giornali

SALE&PEPE SUL TUO IPAD

Da oggi puoi leggere Sale&Pepe anche sul tuo iPad con la nuova app di sfoglio digitale. Scarica subito l'applicazione di Sale&Pepe magazine dall'Apple Store (oppure fotografa il codice QR qui a destra).



Inoltre, sul sito www.abbonamenti.it troverai le offerte per abbonarti a Sale&Pepe a partire da 6,80 Euro per 3 numeri con la possibilità di sfogliare la rivista su web o sul tuo tablet!



ROSSO MELA METALLIZZATO



SODDISFA IL TUO APPETITO CREATIVO
CON IL ROBOT DA CUCINA KITCHENAID.

Scopri su Facebook i nostri eventi nel punto vendita più vicino a te.

 KitchenAid Italia

KitchenAid

www.kitchenaid.it



Porta in casa la tradizione con **Atlas 150 Wellness** che ti permette di realizzare velocemente 3 tipi di pasta fresca: lasagne, fettuccine e tagliolini. E' l'unica macchina per pasta interamente realizzata con materiali che non rilasciano metalli pesanti sulla sfoglia. Atlas 150 Wellness è coperta da 10 anni di garanzia.

Disponibile in 10 splendidi colori. 



Servizio Clienti 800 516 393
www.marcato.net